۲۱

تنفس [illegible] ۱۲۱۱ [illegible]
اوده باشی علی [illegible] وطن [illegible]
تنفس نسخه [illegible] ولادت ۱۰/۵/۱۲۱۱

بیت

انسان که درین زمانه بیعاریدر
[illegible] وصال [illegible] ایدر
بو ذره وصال [illegible] اولور
اندر بو سلطنت مرادمان [illegible]
[illegible] خوش [illegible] ایدر

[illegible] ۵۲
[illegible] ۵

۸۷

الحمد [illegible] بو کتاب [illegible] ۱۲۵۰

۷ ورق

[illegible]

[illegible]

بسم الله الرحمن الرحیم ومنه الاعانة فی التتمیم

سپاس بیقیاس پادشاهی را جل وعلا سزاوار است که بدن انسان را بخصوصیت
نفخت فیه من روحی مخصوص گردانید و قامت با استقامتش را خلعت
خاص ولقد کرمنا بنی آدم پوشانید و بمقتضای آیه کریمه فضلنا بعضهم
علی بعض علم درایت دانش ودرایت هر یک را بقدر مرتبه خود برافراخت
وقنادیل دلهای ایشان را از مشکوة زیتها یضیء ولو لم تمسسه نار منور ساخت
نور علی نور یهدی الله لنوره من یشاء ودیده بصیرت اهل تحقیق را
از کحل الجواهر معرفت روشنائی افزود وفرق این فرقه را بتاج ابتهاج
من یؤت الحکمة فقد اوتی خیرا کثیرا سرافراز فرمود واز لطف شامل قانون
حاوی بانتظام امور عالم کامل در حفظ صحت احوال بنی آدم عطا نمود لا
یأتیه الباطل من بین یدیه ولا من خلفه و کل لسان اکل عن ایتان وصفش و کذا
لسانیست که از خزان کرم بانواع نعم ماتشتهیه الانفس وتلذ الاعین
قوت تن وقوة بدن داد هو یطعمنی ویسقین حکیمی که از دار الشفاء
جود هر مرض الحیة را دوائی وهر مرضی را شفائی کرامت فرمود از معرفت
فهو یشفین عقول را با جمع کمال در دانش ذاتش حیران شد وتقوی را ههم
استکمال در بیداء صفات صفاتش سرگردان بیت ای زخیال ما برون در
تو خیال کی رسد با صفت تو عقل را لاف کمال کی رسد وصلوة وسلام
برخلاصه انام مقصود آفرینش ومعتمد اهل دانش وبینش اشرف
مخلوقات وزبده موجودات رئیس نفوس القدسیه وطبیب نفوس الانسیه

سید البشر والمبعوث الی الاسود والاحمر بیت طبیب لطفش ار بگشت مایل
قانونی بیکیم کرد زایل زکام شیخ وانخوشید صفرا دوا نارنج و
لنتب رنگ سودا زند دق وسیل از چشم کوکب زدهای رعشه زنادصبا
تب تدوره اصفیا وخاتم انبیا صدر صفه صفا محمد المصطفی علیه من الصلوات
اتمها واکملها وداروی نامعدود بر مدینه حلم وباب علم قالع زنگ
طغیان قامع کفر وعدوان یعسوب المسلمین وقائد الغر المحجلین ازغمة
وکاشف غمة اسد الله الغالب امیر المؤمنین علی ابن ابی طالب علیه من الصلوة
افضلها وانماها که بکمال حذاقت شفا دهنده امراض ضلالت وغوایت
وحافظ صحت رشاد وهدایتست نظم علیٌ علی علو الاعالی علوه سنام
سموات المعالی قد اعتلی وفاتح ابواب الولایة بعد ما قد انسد ابواب النبوة
واغتلی معاذه قد جاحد الشمس ضحوة لم تغن الشمس عن کل ما ابتغی
وبرروان اولاد وامجاد وپیروان ایشان باد نظم نجم الطالع علی الغرا
وطلع النجم علی قبة الخضرا وبعد چنین گوید فقیر حقیر الواثق بلطف الملک
الحبیب کمال بن کمال بن کمال الطبیب که چون علم طب از علوم ضروریه
محتاج الیه است وبعد از علم الهی وشریعت نبوی هیچ علم بمنزلة آن نیست
وآیات فصیحه وبینات صریحه در کلام ملک علام بر فضیلت او شواهد است
واحادیث صحیحه از آن مخبر چنانکه زبان معجز بیان حضرت نبوی علیه
افضل الصلوة از آن خبر میدهد که العلم علمان علم الابدان وعلم
الادیان چرا که کسب کمالات معارف الهی بی سلامت ترکیب

واعتدال مزاج ستعد است وحفظ صحت بدن بی مراعات قوانین طب
متعسر اگرچه صحت طبیعی است اما بوجها فیها اسباب و والد آن از امور داخلی
وخارجی بهم میرسد بس ناچار است ما را از تحصیل اموری که مراعات آن
موجب ثبات صحت باشد تا حسب المقدور احتیاج نشود بمعالجهٔ مرض چراکه حفظ
صحت از دفع مرض آسان تر است وحفظ دران کتب بس بخاطر فاتر رسید که از
کتب معتبره حکما و علما مجملی مفصل بمقامات و ابواب در تدبیر حفظ صحت بیرون
نویسد و ملاحظه خیر الامور نموده جانب توسط مرعی دارد بوجهی که از
جانب تطویل ممل و از طرف اجمال مخل نباشد و از غذاها و ادویه که در بلاد
اکثر اعدل اقالیم سبعه است متداول و متعارف باشد منفعت و مضرت
آن بیان نماید و از غذاهای مرکب الاجزا درین بلاد مهجور باشد ذکر
آن نکند و از شربتها و معجونهای کثیر الاستعمال به بیان فایده
مضرت اکتفا نماید و طریق ساختن آنها با تراکیب آن کند از جهت آنکه
که غرض درین رساله بیان حفظ صحت است و تدبیر سته ضروریه از
اکل و شرب و غیر آن و علم منافع و مضار این امور حافظ صحت را لازم
است تا هر کس در هر وقت آنچه لایق حال او باشد اختیار نماید و آنچه
مضرت رساند از آن اجتناب کند و این غرض از بیان منفعت و مضرت
حاصل است و طریق ساختن اشربه و معاجین را مدخلی نیست
نها اجزا در کتب مشهوره موجود باشد که ذکر آن در محل لایق لایق ... نماید
بعون ... موفق شدم با تمام این رساله خواستم که دیباچه آنرا مزین سازم

و موشح گردانم بدعای بادشاهی که گردن کشان هفت اقلیم سر تسلیم
بر آستانش نهاده اند و سروران ملوک اطراف و سلاطین آفاق جبین
نیاز بر قبال کمینه بندگانش را خط بندگی داده یعنی سلطان سلاطین
العرب و العجم مالک رقاب الامم ملجاء سلاطین العالم مفخر اساطین بنی
آدم المؤید من السماء المظفر علی الاعداء باسط مهاد الامن والامان
مؤسس اساس العدالة والاحسان المخصوص من لدن حکیم علیم بفضل
جسیم ملطف عمیم المشید لقواعد الدین بالسیف القاطع والبرهان المبین
لیحق الحق و یقطع دابر الکافرین آفتاب فلک سلطنت و جهانبانی اختر
اوج عظمت و کامرانی کامکاری که باجبان و رفعت که چرخ برین
خاک آستانهٔ او ست و فلک الاطلس کهنه فرشی در خانهٔ عقیده بند
اش بولای اهل البیت جنان درست و تمام عیان که ملائکه ثنا عرشیان
در رفعت مکان خود را در خدمت ائمه هدی ستایند و القاب شریف
همایونش را باین عبارت میخوانند که خاک آستانهٔ سید البشر صلی الله علیه
و آله و تاج دهندهٔ مذهب اثنی عشر علیهم الصلوة والسلام غلام
با اخلاص امیر المؤمنین حیدر علی بن ابی طالب صلوات الله علیه ابو المظفر
شاه طهماسب بهادرخان الصفوی الحسینی خلد الله ملکه و سلطانه
و افاض علی العالمین بره و احسانه اعنهٔ عنایته بحمایة الاسلام
معطوفه و مقصوی همته الی تشیید مبانی الدین مصروفه بانتعاش
فتح عساکر منصوره در حضب رایاتش بحمیرا عادی مدغم ازکفکهای اش

بحر عمان خجل و از دست در نثارش ابر نیسان منفعل با عدلش
نوشیروان از عدالت عاطلست با شوکت و دارائیش سکندر
بندکی قایل کوس دولتش از بام فلک نهم نواخته اند و کوکبه
اقبالش در هفت اقلیم طنین انداخته معمار عدلش قاف تا قاف
جهان معمور داشته و از مشرق تا مغرب کوشهٔ خراب نکذاشته **بیت**
بعهدت جز دل خصم تو ویران ٭ نباشد کوشهٔ آن نیز پنهان
و چون صید سیمرغ ثنا و اجلالش بدام لعاب عناکب اقلام محض
خیالست و ادراک کنه اوصاف کمالش در دیدهٔ اهل بینش عین محال
بهتر آنست که بدعاء دوام دولت روز افزونش اختصار و اقتصار
کند **بیت** چون نیست در حضرت تو کس را یارای مدح آن به که افتتاح
سخن بدعا کند یارب که خیام سلطنت و سایه بان دولت آن اعلیحضرت
بستون اقبال بر افراشته و بطناب دعاء مستجاب محکم داشته
سایه اش بر فوق مرام بر فرق خواص و عوام ابدی الایام مستدام
باد و معالی مناقب و مکارم القاب خورشید ماثرش سپهر احترام ما
تجدد اللیالی و الایام و تکرر الشهور و الاعوام **نظم** هذا دعاء قد
اجیب و انما یرید به داعیة الصفا و اخلاص و ها انا اشرع فی المرام
متوکلا علی الملک العلام مخفی نماند که این رساله مشتمل است بر مقدمه
و چهار مقاله و خاتمه مقدمه در بیان اموری که پیش از شروع در مقصود
بیان باید کرد مقاله اول در ستهٔ ضروریه بدن کلی مقاله دوم

در احکام جزئی از تدبیر اشخاص بحسب اسنان و امزجه و تدبیر
اعضاء و اجبا لحفظ و غیر آن مقاله سیم در تدبیر آماستن ظاهر
بدن مقاله چهارم در اغذیه و ادویه مفرده و مرکبه خاتمه در کیفیت
حیوانات زهر دار ساختن جانوران کزنده از منزل مقدمه مشتمل بر
سه جمله است جمله اول در بیان مزاج مزاج کیفیتی است ملموس متوسط
میان کیفیات متضاده که چون تاثیر کنند بعضی در بعضی و مزاج
دو قسم است معتدل و غیر معتدل و معتدل دو قسم است حقیقی و
طبی معتدل حقیقی آنست که مقادیر کیفیات و قوای عناصر متساوی باشد
در مرکب و مزاج کیفیتی متوسط باشد در حاق وسط و در کتب حکمی ثابت
شده که این معتدل موجود نمیتواند بود و معتدل طبی آنست که قسطی از
عناصر که سزاوار این مرکبست بحسب کمیت و کیفیت در وی موجود باشد
مثلا اعتدال اسدی آنست که اجزاء حاره بر وی غالب باشد تا شجاع بود
و اعتدال ارنبی آنست که اجزاء بارده بر وی غالب باشد تا ترسان بود
و این اعتدال طبی هرچند با اعتدال حقیقی نزدیکتر است اعدلست
میان جمله موجودات نوع انسان با اعتدال حقیقی نزدیکتر است بنابر آنکه
نفس ناطقه بر وی فایض شده و محققست که در مبداء فیاض بخل نیست
بلکه هر موجود بقدر قابلیت و استعداد ذاتی بحلیهٔ کمال و حلی جمال
متحلی و متجلی میکردد و چون نفس ناطقه که اشرف کمالاتست بر وی فایض
شده پس مزاج او با اعتدال اقرب باشد **بیت** جوهر پاک بباید که شود

قابل فیض و دره هر سنگ و گلی لؤلؤ و مرجان نشود و منصب خلافت
و نیابت که آدمی بآن سرافراز گشته بواسطهٔ همین است و این اعتدال
تشبه بمبداء اعلی که خلافت عبارت از انست پیدا میکند که مظهر آثار
متضاده میتواند شد بجهة انکه این هنگام نسبت او بطرف افراط و تفریط
علی السویه است بخلاف دیگر موجودات که بعضی نورانیه و ناریه غالبست
و آثار آدمی که لازم کثافت و ارضیه است ندارند مثل ملائکه و جن و
در بعضی کثافت و ارضیه غالبست و آنچه لازم روحانیه و لطافتست
ندارند مثل نباتات و معادن بخلاف آدمی که بجهة توسط مزاج و ترکیب
از نفس و بدن هر دو جانب دارد و متصف بصفات متضاده و متقابله است
و همچنانکه ذات الهی متصف بصفات متضاده متقابله است هو الاول
و الآخر و الظاهر و الباطن پس از موجودات انسان نیز او را خلافت و تشبه
واجب باشد بتخصیص کسانی که منظور نظر الهی مثل انبیا و پادشاهان باشند
که این صفات متضاده از لطف و قهر و امثال آن از ایشان بروجه اتم
ظاهر میشود و لهذا اولی الامر را ظل الله گویند و این سخن علی سبیل
الاستطراد مذکور شد باز گردیم بمقصود و گوییم معتدل هشت قسم است
چهار مفرد و چهار مرکب مفرد کیفیات حاره و بارده و رطبه و یابسه است
مرکب حاره رطبه و حاره یابسه و بارده رطبه و بارده یابسه است حرارت و
برودت را کیفیت فاعلی گویند که هر یکی در دیگری اثر میکنند و در غیر
جنس خود نیز که رطوبت و یبوست است اثر دارد و رطوبت و یبوست را کیفیت

منفعلی گویند که اگرچه در یکدیگر اثر میکنند اما در غیر جنس خود که حرارت
و برودت است اثر ندارد جدول دوم در سن آدمی انسان را لا منقسم بچهار قسم است
سن نمو و سن وقوف و سن کهولة و سن شیخوخة اما که سن نمو است
از ابتدای ترکیب عهد آنرا سن حداثت نیز گویند و ترکیب تا سی سال است
در اکثر که بدن را درین مدت نشو و نما باشد و گاه باشد که بسی سال اندک
مدتی زیاده شود دوم سن وقوفست که بدن را نشو و نمو نیست و بنیاد
انحطاط نیز نکرده بلکه در یکحال واقفست و آنرا سن شباب نیز گویند و
زمان او تا سی و چهل و پنج سالست در اکثر یا چهل سال بحسب مزاج سیوم سن
کهولتست که بدن بنیاد ضعف و کاستن کرده اما قوة باقیست و آثار ضعف
ظاهر نیست و آن تا شصت سال است چهارم سن شیخوخة و انحطاط است که
نقصان بدن و ضعف در قوة ظاهر است و آن از شصت سالست تا آخر
عمر و بعضی شیخوخة را دو قسم کرده اند قسم اول را شیخوخة گویند و قسم ثانی
را که آثار ضعف در قوی و افعال بسیار ظاهر شده و طبیعت بمزاج طفولیت
نقصان فطرت عود کرده آنرا صبویه و خرافت گویند اما سن حداثة
منقسم بچهار قسم است اول طفولیت و آن وقتیست که مولود هنوز مستعد
حرکة و نشست و خاست نباشد دوم سن صبی و آن بعد از نشستن
برخاستن و حرکتست که پیش از محکم شدن اعضاست و آن وقتیست
که اسنان دندانها تمام نیفتاده باشد و تمام بیرون نیامده سیوم
سن ترعرعست و آن بعد از استیفاء سقوط و بناء دندانست پیش از

شبت النار اذا قویت

حصول بلوغ چنانچه سن غلامیه و مراهقت و آن بعد از بلوغ است تا
وقتی که موی ریش بر آید و بعد از آن سن فتی است تا وقتی که قوت نامیه
از نمو باز ماند و در اول ولادت حرارت و رطوبت مزاج اطفال غالبست و چون
بشباب رسد رطوبت کم شود و اثر حرارت بیشتر ظاهر گردد و مزاج گرم و خشک
باشد و چون بکهولت رسد سردی و خشکی غلبه کند مزاج سرد و خشک باشد
و چون بشیخوخت رسد یبوست در اعضاء اصلی زیاده گردد و رطوبت غریبه
از فساد هضم غلبه کند مثل چوب خشک که در آب خیسانیده باشد از بیرون تر گشت
اعضاء پیران با کمال یبوست مزاج اصلی سست و آمیخته گردد و این رطوبت غریبه
مدد فنای حرارت غریزی شود و اطبا تشبیه کرده اند چون هیمه
تر بسیار که بر آتش اندک نهند جمله سیوم در بیان ماهیت طب و اقسام آن
طب علمی است که بحث کند از احوال بدن انسان از جهت صحت و مرض تا حفظ
کند صحتی که حاصل باشد و تحصیل کند آنچه حاصل نباشد هر آینه
تدبیر سته ضروریه و اعمال ید بقدر امکان و باین قیود تعریف طب
تمام است و طب بر نسبت اولی دو قسم است علمی و عملی علمی آنست که بحوث عنه
در او امری چند باشد که تعلق نداشته باشد بعمل مثل بیان امور طبیعیه که
آن ارکان و مزاج و اخلاط و اعضا و ارواح و قوی و افعال است که بدن آدمی
از بعضی اینها مرکبست و دانستن بدن آدمی که موضوع این علم است موقوف
بر دانستن این امور است و مثل دانستن ماهیت صحت و مرض و علم باسباب
و علامات هر یک که در دانستن این امور کیفیت عمل معلوم نمیشود علمی است

که بحث کند از چیزی چند که از آنجا علم بعمل معلوم شود مثل آنکه گویند تدبیر
صحیح بمثل و علاج مریض بضد است و این قسم منقسم بدو قسم است اول تدبیر
بدنهای صحیح که صحت ایشان را بچه تدبیر نگاه توان داشت و این قسم را علم
حفظ صحت میگویند دوم تدبیر ابدان مریضه که چگونه صحت ایشان را باز توان
آورد و این قسم را علم علاج گویند و مقصود ما درین رساله بیان علم حفظ
صحت است و تدبیر حفظ صحت بر سه قسم است اول تدبیر بدنی که کمال صحت
داشته باشد دوم تدبیر ابدان ضعیفه مثل تدبیر ناقه و شیخ و اول بر
دو قسم است یکی آنکه صحت او در غایت باشد و بدن او مستعد آن باشد که
از اعتدال لایق منحرف نشود دوم آنکه صحت داشته باشد اما بدن او مستعد
آن باشد که باندک چیزی منحرف گردد قسم اول را علم حفظ صحت خوانند
و قسم دوم را تقدم بحفظ گویند و اطلاق اسم حفظ صحت بر قسم اول بطریق
حقیقت است و در ثانی بوجهی بطریق مجاز اما جمعی در ابدان مذکوره مضرات
در افعال ظاهر نیست تدبیر این اشخاص را نیز داخل تدبیر اصحاء داشته اند
مقاله اول در تدبیر سته ضروریه بقول کلی و مشتمل بر فصل مقدمه و شش
باب است فصل در بیان ضرورت موت و آنکه حافظ صحت و ضامن حیات مطلق
نماند که بدن آدمی مثل معادن و اجسام صلبه نیست که از وجهی بتحلیل
نرود بلکه مرکبست از ارواح لطیفه و اجسام کثیفه که سکون از نفی جز آن
است و این هر دو سریع الانحلال کثیر التحلیل است و بعضی همچو افلاطون
و حکما و اکثر اطبا حرارت غریزی و رطوبت غریزی با نفس در بدن ...

کثیف

شده که آن حرارة غریزیه باین رطوبة غریزیه قائم است مثل قیام نور
چراغ بروغن نه مثل قیام عرض بجوهر و قیام سفیدی بجسم بجهة انکه حرارة
غریزیه نزد ایشان جوهر است نه عرض و بیان اما حرارة میگویند بلکه مراد
حار غریزیه است و این اجزا همه قابل تحلیل و فساد است و دو نوع آفت
عارض اینها میشود یکی تحلیل دوم دیگری تعفین و هریکی این دو آفت سبب داخلی
و خارجی دارد سبب داخلی تحلیل یکی نفس حرارة غریزیست که در رطوبة
غریزیه اثر میکند مثل تاثیر نور چراغ در روغن که اورا فانی میسازد بتدریج
و آهستگی و این تحلیل دائما مرتبه که رطوبة بسیار است و وافی است بحفظ حرارة
و زیادة سبب قرب باعتدال میشود و طفل که بجهة رطوبة بسیار اعضاء و قوی
او ضعیفست در شباب که باعتدال رسیده قوت میگیرد و چون بشباب رسید
حفاظ بدن انیز بمرتبه اعتدال رسیده و چون این مرتبه بگذرد و رطوبة
کم شود مزاج از اعتدال بگذرد و میل نقصان کند و این هنگام آن نقطه رطوبة
باشد که وافی بود بحفظ حرارة تنها و حرارة غریزی همچنان در صدد تجفیف
و فنای رطوبة باشد بلکه تاثیرش بیشتر بود بجهة انکه گفته اند اذا فعل الموثر
الواحد فی المتاثر الواحد احدثت تاثیرا یعنی چون یکی موثر اثر کند در متاثری
واحد و زمان اثر ممتد شود تاثیر زیاده گردد و اثرش بیشتر ظاهر شود
پس حرارة رطوبة را لحظة فلحظة تحلیل برد و تا فناء رطوبة حرارت نیز که
بآن قائم است بآهستگی فانی شود و هریکی سبب فناء یکدیگر شوند تا رطوبة
بالکلیه تحلیل رود و حرارة منطفی گردد همچنانکه فناء روغن چراغ منطفی

میشود و این موت طبیعی است که هر شخص را مقدر شده بحسب مزاج لایق
و اسباب خارجی تحلیل هوا بمحللات و حرکات و سخونات خارجی که موجب
تحلیل بدن گردد و سبب داخلی تعفین حرارتی است که از بعض اعضاء و شهوتها
و دیگر چیزها در بدن متولد شود و سبب خارجی تعفین مثل هوای متعفن است
که احداث عفونة در رطوبات بدن کند و این امور همه موجب فساد بدن
باشد و حکما امور کثیره دیگر هست که موجب فساد بدن میشود و مثل
غرق شدن و افتادن و سوختن و کشته شدن و این را اجال اختراعی
میگویند چون این امور معلوم شد باید دانست که حافظ صحت ضامن زمان
از مرگ نیست همچنانکه ضامن امان از آفات خارجی نیست از غرق و حرق
و امثال آن و همچنین ضامن نیست که هر بدن را بغایة عمر طبیعی که اهل آن
نیست برساند و غایت عمر طبیعی را درین زمان باستقرا صد و بیست سال
یافته اند و بعضی دلیل اقامی برآن گفته اند بجهة انکه امزجه مختلفست
و هریکی را استعداد بقاء ثبته دیگری را نیست بلکه طبیب ضامن دو چیز است
یکی نگاه داشتن رطوبات بدن از عفونة دیگر حمایة رطوبت از سرعت
تحلیل نگاه داشتن از تمامی که ترکیب مزاج آن شخص مقتضی آنست
الا آنکه سبب خارجی تا اجال اختراعی عارض شود علامه شیرازی میگوید
که حفظ صحت میسر نیست الا کسی را که در بیخ خصلت باشد یکی انکه عارف
بود بقوانین طب یا آنکه طبیب عارف معاشر او باشد دوم انکه او اهلیت
بقدرت تحصیل هرچه میخواهد باشد تا در وقت احتیاج موجود باشد

[illegible] دو چیز ان از و بادر عدم
[illegible] ضعف [illegible] مخصوص سال [illegible]
[illegible] ضعیف [illegible]
[illegible]

سیم آنکه صاحب فراغ باشد تا هر وقت که اراده ریاضت ورزش شود از روی
فراغت عمل تواند آوردن چهارم آنکه بخیل نباشد بنفس خود در استعمال
جواهر نفیسه که بکار بیان داشته باشد مضایقه با نفس خود نماید پنجم
آنکه شره و حریص نباشد که امر مضر تواند کردن و از مشتهیات نفس
تواند گذشتن و بعد از اجتماع این خصال در یک ذات که است مرتبه طبیب ادراک
و علاوه اصل در حفظ صحت چون تدبیر اسباب لا بدی ضروریست در هر حیوة
تدبیر هر یک از اسباب سته ضروریه در ابواب لایق مذکور میشود والله الموفق
والمعین باب اول در بیان هوا بعضی بر آنند که فایده هوا تعدیل روح
حیوانی است که در دل و شرائین موجود است تا روح بکثرة حرکت گرم نشود
و نسوزد و مذهب شیخ و بعضی دیگر آنست که هوا عنصر روح است و
بالکه جزو روح میشود تعدیل انیز بنماید یا بن تعدیل بد بفعل حاصل
میشود یکی ترویح و دیگری تنقیه ترویح تعدیل مزاج روح است
بجهة آنکه روح در غایة لطافت و حرارت و دایما در حرکت است
و حرکت موجب زیادتی گرمی و احتراق او میشود اگر بارد لطیف نباشد
که با و رسد منع بافروختن و اشتعال او کند محترق گردد و آن بارد
لطیف هواء تازه است اگر از راه تنفس و کف راه مسامات بفضای دل
در روح رسد و همچنین از راه مسام چون و منافذ نبض به روح شریانی
رسد و تعدیل روح کند و تنقیه بوزید نفس حاصل شود که هوای سوخته
بمنزله فضله است و فایده اول بطرف شده بیرون آید و بجای هوای

تازه و پیدا شود پس در هر نفسی دو نعمت موجود است و بهر نعمتی شکری
واجب تا زبان که بر آید کز عهده شکرش بدر آید و هوا مادام که در کیفیت
بیا رد و بیان کم نباشد بلکه معتدل و صافی باشد و جوهری غریب
منافی روح با مخلوط نگردد حافظ صحت بود و چون متغیر شود حکمش
نیز متغیر شود و افضل هوا بحسب جوهر آنست که بخار و دود و امور
غریبه با و مخلوط نباشد و پاک و صافی باشد و از بخار بیشتر و آبها
آینده و متعفن از آنکه از بحیره بد داشته باشند مثل کلم و مجبره و درختها
ردی بجهة مثل کیدکان و مثل حنظ یا بحیره دار باشد و محبوس در وهله
تنگی نباشد و در میان دیوارها و سقفها محبوس نباشد خصوصا دیوارها
که با هک اندوده باشد که نفس در گیرد و دل منقبض شود و دیگر از
فضیلة هوا آنست که ریاح فاصله بهوا رسد و بعد از آفتاب زود گرم شود
و چون آفتاب غروب کند زود سرد شود که اینها نشانه لطافت هواست
و خلاف آن هوای غلیظ فاسد است و هوا بدو نوع متغیر شود یکی تغیرات
ضروری لازمی و دیگری تغیرات غیر ضروری و غیر ضروری دو
قسم است مضاد طبیعت و غیر مضاد طبیعت اما تغیرات ضروری آن تغیرات
فصلی است که در هر فصلی مزاج هوا متبدل شود و تغیرات غیر ضروری
غیر مضاد طبیعت تغیرات هواست بحسب اسباب سماوی و اسباب ارضی
و تغیرات غیر ضروری مضاد طبیعت تغیر هواست یا بحسب جوهر
مثل وبا یا بحسب کیفیت از افراط حرارت یا افراط برودت که مانع حیوة باشد

و هر یک در جهت مذکور میشود چه اول در تغیرات ضروریه و آن تغیر هواست
در فصول اربعه و فصول نزد منجمین در اکثر معموره انتقال آفتابست از ربعی
برجی از فلک و ابتداء از نقطه ربیعی کنند و تا اول سرطان بهارست و از
اول سرطان تا اول میزان تابستان و از اول میزان تا اول جدی پاییز
و از اول جدی تا اول حمل زمستان و فصول ایشان متساوی باشد و اختلاف
در آن اندک و نزد اطبا بهار عبارتست که معتدل المزاج محتاج نباشد
در هوا معتدل به پوشش بسیار و نیز به یخ زیاده هم و نشود درختان باشد
ابتداء آن پیش از استواء ربیعی باشد یا بعد از آن باندکی تا نصف فصل
خریف مقابل آن زمانست و تابستان جمیع زمان گرم است و زمستان
جمیع زمان سرد و ربیع و خریف نزد اطبا کمتر از زمان تابستان و زمستان
است و مخفی نماند که مراد اطبا از انکه هر فصلی را مزاجیست آن نیست که
در آن فصل هوا بالذات آن مزاج دارد بلکه مراد آنست که بجهة قرب
آفتاب بسمت الراس و دوری او از سمت الراس هوا طبعی دیگر پیدا کند
تابستان بجهة قرب آفتاب به سمت الراس و انعکاس شعاع ابیض و زوایای
حاده و تراکم اشعه و بعد حالی سهم مخروط شعاعی که مادر قرب آن واقع
هوا گرم تر شود و بدن را زیاده گرم کرده اند گویند مزاج فصل گرم است
و از همین است که در نصف النهار و نیز هوا گرم تر شود و الا بعد آفتاب
در وسط السماء و حوالی افق نسبت با ما علی السوا باشد و اگر بجهة خلاف
ازینکه بعفونت هوا کمتر ظاهر شود و هوا به برودت عرضی مکتسب

از آب و زمین تبرید بدن کند گویند مزاج آن فصل سرد است و مراد
بهوا رطب آنست که بخار بسیار مخالط هوا باشد یا بعضی از هوا بجهت برودت
مستحیل باجزاء آبی شود و یا دیگر اجزاء هوایی مخلوط کرده و رطوبت در
بدن احداث کند و مراد بهوا خشک آنست که اجزاء آبی که مخلوط بهوا شده
باشد بتحلیل رود و یا کنده شود و هوا میل به یبوست کند یا دخان
ارضی یا بس مخلوط بهوا شود و شابه زمین گردد در یبوست فصل بهار
گفته گرم و تر است لهذا تولید خون میکند و شیخ الرئیس گوید که مزاج او
معتدلست بجهة قرب آفتاب بسمت الراس اخبار نیست که در تابستان
باشد و بعد او از سمت الراس اخبار نیست که در زمستان باشد و بجهة
کار بوده اند که گرم و ترست اخبار نیست لیکن با اعتدال مذکور بحرارت
لطیف حاوی رطوبت طبیعیه است و بهار رحمت بمزاج خون که بهترین
اخلاطست مناسب حیوة و صحتست و موافق مزاج روح و دم است و
تولید خون کند و بخار ان بالظاهر بدن آورده و رنگ سرخ سازد و رضاء
کنند و درین فصل بحرکة آید بجهة انکه اخلاطی که در زمستان بجهة سرما فسرده
شده درین فصل بواسطه حر لطیف بحرکة می آید و باعضاء ضعیف میریزد
خصوصا که در زمستان غذاهای غلیظ خورده باشد و موجب تولید
خناق میشود و شیخ میگوید که ذبحة بلغمی پیدا میشود بنابر انکه درین فصل
بلغمی که بفصل زمستان تولید آن کرده بحرکة می آید و همچنین اورام و دمل
و اسهال خون و رعاف و امراض سوداوی و مالیخولیا بجهة می آید و اخر

بلغم سکته و فالج و وجع مفاصل پیدا میشود بجهة شکافتن عروق از حرکة
مواد نفث دم و سرفه و سل ظاهر میشود و خصوصا در سه پنج شش که بهیچ موافق
مزاج صبیان و اطفال است و چون زمان بهار دیر کشد و باعتدال گذرد و
امراض تابستانی کمتر واقع شود بجهة آنکه مدت ضعیف کم شود تدبیر این فصل
آنست که از حرکات بدنی و نفسانی مفرط و خوردن چیزها کم احتراز نمایند
که این امور معاون طبیعة فصل میشود در پیدا کردن امراض و بجهة آمدن
مواد و فصد و استفراغ کنند که درین فصل هیچ با این بیت وفی کردن
مناسبت کم طعام خورند و بجهة تیهو خورند و غذای لطیف تناول نمایند
و گوشت کمتر خورند و از تلخ و تیز احتراز کنند و شربتها نوش کنند تسکین صفرا
نماید و بعد از نشاید بکار دارند و ریاضت معتدل نمایند و کلاه ترک
باعتدال پوشند و بسیار گرم باشد که بجهة پوشیدن کل درین فصل زکام
پیدا کند و آنها کسانی باشند که دماغ ایشان ضعیف باشد و از خارج
کلها بعده او علی اختلاف المذهبین تاثیر شود و طلبه معتدل قوی دماغ
بکار دارند و جامهای سبک کم بنفش بپوشند فصل تابستان گرم و خشک است
تحلیل اخلاط مینماید و بدن خشک میسازد و قوت ضعیف میگرداند و صفرا
زیاده میسازد و چون بلغم کم مینماید و لهذا تنگ نازد میسازد امراض
تابستان عب است و حرقه و ... و درد چشم و حمره ...
و در آخر تابستان بجهة حرارة و ... تحلیل در ایام گذشته اخلاط را مادیة
سوداویه مایل کرده و از جهة تپهای صفراویه و حمیات عفنی که درازا

تابستان ماده آن بتحلیل رفته معتادی شد داخل فصل منتقل میع
میشود و حال مشایخ مزاجهای سرد و در تابستان بهتر است و چون تابستان
کم و خشک باشد زمان امراض کم باشد اگر قوت قوی بود ماده مرض را
نزد بتحلیل دهد و اگر قوت ضعیف باشد نزد دوبخشد و تابستان اگر
بیار کم و خشک باشد اقسام خناق و حصبه و آبله و درد چشم و نفث دم
پیدا شود و خون فاسد محترق گردد و چون تابستان کم و تر باشد و
امراض زیاده شود و تن بیع با کل مجز گردد و استسقا پیدا شود و حصبه
و آبله پیدا شود شم نم گردد و چون تابستان سرد و خشک گذرد بهتر است
و بجهة تذکیه اما امراض عصر و فرا رفت تولد کنند شیخ میفرماید
که چون تابستان سرد و خشک گذرد زنان و طبعی مزاجها مناسب باشد
و صفراوی یا مزاج ما رد خشک و حمیات حاره پیدا شود و چون صفرا
بجهة برودة محتبس گردد محترق شود و سودا غلبه نماید تدبیر این فصل
آنست که غذا کمتر خورند و ریاضت کم کنند و آسایش و راحت اختیار
نمایند و دور کنند باد شمال مسکن سازند و چیزهایی که هوای مسکن را خنک
سازد و سرد کرده اند حاضر نمایند و غذاها بهتر آنست که بالفعل نیز
سرد باشد یعنی الطعم که بکی بی باید خوردن مثل هریسه که چون سرد
شود طبیعة بآن اشتیاق نماید و غذاها سرد تاخ چون آش غوره
و ریباس و آش انار و امثال آن خورند و ماهی تازه نصی که در سکنجه
مانی دارد مناسبت و بقول و فواکه نیز موافق است و چون اربعاءات

تا که حرف عفونة باشد بسکنجبین اصلاح نمایند و حجامت رطب و رنده و از کثرت
باه نیز احتراز نمایند و مسهل نخورند مگر ملین بجهت ضرورت و قی در این
فصل مناسب است و جامه که سفته باشد بپوشند و کتان شسته که بهترین
لباس تابستان است فصل پائیز شیخ الرئیس گوید چون در خریف حرارة کم
شده و برودة مستحکم نشده گویا مرتبه متوسط دارد در حرارة و برودت و قریب
باعتدال است اما در رطوبة و یبوست معتدل نیست بجهة انکه حرارة آفتاب
در تابستان تجفیف هوا نموده و همچنان اسباب مرطب چیزی واقع نشده و
مشهور آنست که خریف سرد و خشک است بمزاج سودا و امراض سوداوی تولید
کند مثل جرب و قوبا و سرطانات و درد مفاصل و تبهای مختلط و تب ربع
و عظم و تحجر سپرز و عسر البول و قطیر البول بحسب اسباب و شیخ گوید امراض
اندر خریف از آنست بجهة الامتلاء از فصلی باشد که فصل سابق تولد
کرده چنانچه در ربیع گذشت و امراض تغیر هوا در پائیز بسیار باشد بجهة
اختلاف هوا که شب سرد شود و نیم روز گرم گردد و گویا که پائیز ضامن
بقایاء امراضی است که در تابستان پیدا میشده بجهة مانعی پیدا نشده و
اخلاط بد درین فصل بسیار متولد شود بنابر انکه تابستان که گرم است و خلط
است بر مقدم است نداده فاسد نیز تا رسیدن پائیز بهم رسیده و مجتمع
گشته و نیز که درین فصل نیز ... فصل نیز مقتضی تولد اخلاط
غلیظ است و درین فصل حال اصحاب سبیل و دق بغایت مشکل شود و
تن درد و درد پشت در آن فصل بسیار باشد و مالیخولیا و جنون بحر که آید جالینوس

گوید امراض مخصوص بپائیز منحصر است در سه جنس اول دیدان و حب القرع
و حیات دوم وسواس سوداوی و سرطان سوم سیل و تشنج و الم فؤاد که
درد فم معده است بهترین پائیز آنست که باران در و بسیار آید و رطب
هوا کند که آمدن باران درین فصل امان است از تولد امراض و چون خشک
کند و بد باشد تدبیر این فصل آنست که از مخففات بالتمام خصوصاً از مبا
شرت احتراز کنند و خود را از هوای سرد و اختلاف هوا نگاه دارد و سر خود را
در صباح و شب بهتر بپوشند تا زکام و نزله پیدا نشود و از بوئیدن ریحان
احتراز کنند که موجب زکام است و آب سرد بسیار خوردن و غسل آن
مضر است اما غسل آب نیم گرم بغایت مفید باشد و از غذاهای
سوداوی احتراز واجب دانند و میوه های تر بسیار درین فصل کمتر خورند
اما مثل سیب و امرود و به و میوهء خشک چون کشمش و مویز و انجیر بجهت است
و غذاها مایل بحرارة و رطوبة مثل نخود آب و شورباهای چرب بیشتر میل
کنند و مفرحات یاقوتی معتدل یا مایل بحرارة بجهت است و از قی احتراز
کنند که قی کردن درین فصل بد آورد اما مسهل اکثر مردم را درین فصل
مناسبت بلکه بهتر از فصل بهار است و ممکن است که در زمستان مواد دیگر
جمع شود فصل زمستان سرد و تر است بمزاج بلغم بلغم و امراض بلغمی احداث
کند و بجهة تقدم اختلاف هواء پائیز برودت زمستان زکام و نزله و
ذات الجنب و ذات الریه و گرفتگی آواز پیدا شود و امراض زمستان اکثر
بلغمی است بجهة غذاهای غلیظ و بسته شدن اخلاط بجهة برودة هوا که جم

حرارت در باطن بیشتر است و هضم قوی‌تر است و از جملهٔ امراض زمستان اوجاع
حلق و درد پهلو و درد پشت و درد سر و صرع و سکته است و در زمستان
چون باران بسیار آید حمیات بد پیدا شود و شایع و سپر و درین را مناسب جهت
و جوانان را موافق است تدبیر این فصل آنست که ملطفات و مقطعات بیشتر میل
کنند و طعام درین فصل بیشتر و غلیظ‌تر توان خورد بجهت آنکه حرارت در باطن
بیشتر است چنانچه بقراط میگوید اسهل ما یکون احتمال الطعام علی الابدان فی
الشتاء ومن بعده الربیع واصعب ما یکون احتماله فی الصیف ومن بعده فی الخریف
مثلا بآتش شدید اگر در هیمه خاشاک نهند در حال بسوزد و غیر از خاکستر ماند
و بر همان آتش اگر هیمهٔ درشت قوی نهند بآهستگی بسوزد و از خاک شود
پس باید که درین فصل نان از گندم سازند که خمیر او پخته باشد و گوشت
از حیوان کامل باید و بریان کرده بهتر باشد تا رطوبتش کمتر شود و غلیظ
تر گردد و همچنین کباب کرده بهتر از مطبوخ است و از بقولات کرفس و
چغندر را داخل غذا باید کرد و درین فصل بجهت نیکی هضم و بزرگی اخلاط
رگ زدن کمتر واقع شود و اگر واقع شود سبب آن قوی باشد بقراط درین فصل
منع فصد کرده و قی درین فصل بد است اما حقنه بانزر سبب بد
نشود و درین فصل ریاضت و حرکت بسیار باید کرد تخصیص که زمستان
جنوبی باشد و چون زمستان جنوبی باشد بجهت آنکه باید خوردن در
زمستان مفرحات حاره خوردن و کلهای کم پوشیدن و عطرها کم بکار
داشتن موافق است کلام فی ترکیب الفصول مناسب آنست که ترکیب فصول

چنان اعتبار کنند که حکم دو فصل دو فصل سه فصل سه فصل چهار فصل
چهار فصل گویند چون بیان آن بتطویل میکشد از ذکر بعضی بعضی
که بقراط و دیگران مثل شیخ الرئیس گفته‌اند حال باقی معلوم میشد بقیه
ایشان بذکر بعضی اکتفا نمود چون زمستان جنوبی باشد یعنی برد و ترش
کم باشد و رطوبة بسیار و بهار بعد از آن شمالی باشد یعنی سرد و خشک
بود و باد شمال بسیار آید و باد جنوب اندک وزد و بعد از آن تابستان
گرم شود و آن بهار را تابستان بیار شود بر طبیب کند در باب سحج و اسهال
و قروح امعاء و غب غیر خالصه پیدا شود بجهت آنکه بهار مواد نگاه دارد
تا وقت تابستان و در تابستان حدت پیدا کند و در خریف که هوا
یکمرتبه سردی پیدا کند و مواد که حدت پیدا کرده در اعضا بماند
سبب امراض مذکوره شود و زنان و اطفال و جوانان فرسوده و اهل
راحت و هر که رطوبة بمزاجش غالب بود بسیار میزید و چون زمستان
که پیش از بهار مذکور باشد بسیار رطوبة باشد زنان بچه بسیار
اندازند خصوصا زادن ایشان نزدیک شده باشد و اگر بوقت خود
بزایند اطفال مریض زایند و بعد از آن بمیرند و درد چشم و نزله و خون
شکم شایع گردد خصوصا در کهول پیران و بسیار باشد که مواد تنزلی دفعة
بکند و اگر بهار جنوبی باشد و باران بسیار آید و زمستان گذشته شمالی
باشد در تابستان تبها و کم درد چشم و لین طبیعت و اسهال خون بسیار
شود خصوصا در زنان مزاجها تر تبهای عفنی بسیار شود و زنان

[illegible]

واطفال چون از آن بتها خلاص شوند در آخر ربیع بحمیات سپران و
استسقا وضعف جگر گرفتار گردند مگر آنکه در نیمه تابستان که زمان
شدت حرارتست باران آید وباد شمال وزد که اصلاح آن فساد نماید و
امید خیر باشد واگر تابستان سرد وخشک باشد و پاییز کم بود وباران
بسیار آید و زمستان بجهت قلت تحلیل در تابستان وحدت ماده و ترطیب
هوا در پاییز در زمستان سرفه و گرفتن آواز وزکام ونزله پیدا شود واگر
بعد از تابستان کم خشک پاییز سرد وتر باشد در زمستان درد سر ونزله
وسرفه وبحه صوت پیدا شود واگر تابستان کم وتر باشد وپاییز سرد وخشک
امراض عصر از زکام ونزله وسرفه واسهال بسیار شود وچون تابستان
وپاییز هر دو جنوبی وتر باشند رطوبة در بدن بسیار شود وچون زمستان
آید امراض عصر مذکوره بسیار گردد وتبهای عفنی در بعضی اوقات پدید
آید واگر پاییز وزمستان هر دو خشک باشند موافق مرطوبین وزنان و
مزاجهای تر باشد ویابس المزاج را بجهت حدت خلط ودیابس وتولید
سرسام وتبهای کم ومالیخولیا پدید آید وچون بهار وتابستان هر دو
خشک گذرد مذموم است وهمچنین هر دو فصل که از پی یکدیگر یکی باشند
چون بیک کیفیت گذرد حکم فصلی دارد که متمادی شود وموجب مرضی شود
که مناسب آن مزاج باشد جمله دوم در تغیر هوا بحسب اسباب غریبه که
غیر مضاد طبیعت و آن اسباب یا سماویست یا ارضی اسباب سماوی مثل
بعضی اقترانات وحالات نجومی که موجب گرمی یا سردی هوا شود واسباب

سماوی بیان آنست ودر کتب نجومی مذکور واسباب ارضی بجهت عرض باشد
ووضع مجاورة بحر وکوهها ومغاره اما عرض وآن دوری از خط استوا است
وخط استوا دایره ایست که فرض کرده اند بر سطح زمین بر وجهی که زمین
را بدو نصف کند شمالی وجنوبی وچون دایره عظیمه بر سطح زمین فرض
کنند که بر دو قطب او گذرد بالضروره زمین بچهار قسم متساوی منقسم
شود ویک قسم که آن ربع شمالی است بقول اصح معموره است وباقی در آب
مغمور واقالیم سبعه در آن ربع اعتبار کرده اند باین وجه که هفت دایره
صغیر متوازی فرض کرده اند بموازاة خط استوا تا عرض سی و سبع
ما بین هر دو را اقلیمی نامیده اند وبعد از عرض مذکوره معموره نیست
جه بجهت سردی هوا حیوان نمی تواند بود وگیاه نیز نروید در بلاد ما
وابتدا از مغرب کرده از جزایر خالدات تا صد وهشتاد درجه طول اقالیم
است وغایة درازی روز اول تابستان در خط استوا دوازده ساعت است
واز آنجا تا جایی که درازی روز آنجا که سیزده ساعت و یک چهارم دقیقه
باشد اقلیم اولست وبعد از آن بزیادتی نیم ساعت در روز عرض اقلیمی گرفته
الا اقلیم هفتم که زیادتی اول آن تا آخرش بهشت ساعت وپانزده دقیقه
است چنانکه از غایت درازی روز در هر شهری توان دانست که آن
کدام اقلیم است وبعضی تقسیم اقالیم بر وجهی غیر این وجه نموده اند چون
تحقیق آن درین مبحث دخلی نیست از آنجهت طی آن نمود واقلیم اول و
دوم بغایت گرم است واقلیم ششم وهفتم بغایت سرد واقلیم چهارم معتدل است

و اول اقلیم سیوم حکم دوم دارد و آخرش حکم چهارم ببین قیاس
اقلیم پنجم و خط استوا بمذهب شیخ قریب باعتدالست و بمذهب بعضی
گرم است و هر یکی را دلیلست اما وضع بلندی و پستی بلد بلند سردتر
است بجهة آنکه هر چند هوا بکرهٔ زمین نزدیکتر است گرمتر است و
هر چند دورتر است تا حدی معین سردتر است و زمین پست گرمتر است
علی الخصوص که در کوی باشد که طول کویش از عرض باشد بجهة آنکه نور
آفتاب در آنجا جمع شود و بلد مستوی الوضع که پستی و بلندی در آن
نباشد صحیحتر از مختلف الوضع است و در مختلف الوضع امراض اختلاف
هوا بیدا شود اما تربة یعنی زمین بلد بعضی گل پاک باشد و بعضی
شوره زار و بعضی معدنی و بعضی سنگلاخ و بعضی جبلی و بعضی نزدیکی
که آب از وی زاید و تمام اینها در هوای بلد اثر کنند بحسب مزاجی که دارند
و بسبب هوا و غیر آن نیز در بدن تاثیر کنند اما مجاورة جبال یعنی
معنی که بلد در پهلوی کوه باشد و کوه از دو جهة در هوای بلد اثر کند یکی
از جهة رد شعاع آفتاب بر بلد و منع شعاع آفتاب از بلد و دیگر
از جهة نگاه داشتن ریاح در بلد یا منع کردن ریاح از بلد اگر کوه از
جانب شمال بود شعاع آفتاب را منعکس بر بلد نگاه دارد باد جنوبی
را که گرم و تر است پس سبب گرمی [illegible] و کوه جنوبی بر عکس این باشد
و کوه شرقی بدتر از کوه مغربیست بجهة آنکه حائل نور آفتاب میشود
از بلد تا مدتی مدید بعد از آن اهل بلد بیکدیگر [illegible]

بآفتاب قوی کمتر رسد و امراض تغیر هوا از آن بیدا شود و نیز منع باد
شرقی و جنوبی باد مغربی میکند و باد شرقی بهتر از باد مغربیست بجهة
آنکه گرم شود و جبل غربی سبب گرمی بلد میشود مثل کوه شمالی بجهة رد شعاع
آفتاب بر بلد اما تسخین کوه شمالی بیشتر است بجهة آنکه از اول طلوع تا غروب
آفتاب بر جبل شمالی می تابد بخلاف مغربی و اگر بلد در میان دو کوه
واقع شود و هر گاه باد مسدود باشد و نوزیدن باد در آن بلد بیشتر
آن بلد وبائی باشد بجهة آنکه از شان آب و هوا آنست که چون در
یکجا ساکن شود متعفن شود جز بحرکت و سمیت کرده و تسکین نیابد
تا وقتی سبب آمدن ریاح زائل گردد بجهة آنکه هوا چون از کنج تنگ
بجای گشاده رسد منبسط گردد و بجهة انبساط جذب بخار و ملاقی خود
کند تا خلا لازم نیاید و تفصیل این در کتب حکمیه مذکور است و بهتر
آنست که بلد از جهة شمال و شرق گشاده باشد و از جهة جنوب و مغرب
بسته اما مجاورة بحار قرب دریا سبب تری هوا شود علی سبیل الاطلاق
خصوصا که بلد بیان و بحر یا نزدیک باشد و بهتر آنست که بلد بحری در
میان دریا باشد چرا که در ساحل اسباب تعفن بسیار است و چون بلدی
ساحل باشد بهتر آنست که دریا در شمال بلد باشد و اگر بحر در جنوب
بود بدترین اوضاع است چرا که باد شمال سرد و خشک است اصلاح عفونت
هوا کند و چون بحر در جانب جنوب واقع باشد در غلط رطوبة
باد جنوبی افزاید اما از حرارتش کم کند و اگر در طرف شمال کوهی

باشد که حبس باد جنوب نماید هوای بلد بغایت فاسد و وبائی باشد و اگر
دریا از جانب شرق باشد ترطیب هوا بیشتر از غربی نماید علامه شیرازی فرموده
بجهة آنکه ترطیب شرقی بسبب ارتفاع ابخره از تجربه تأثیر آفتاب
و اخلاط با هوا از اول چاشت باشد تا قریب عصر و اقوی آن بعد از
زوال باشد بجهة دوام تأثیر شمس و اکثر ترطیب غربی بعد از زوال باشد
و اقوی نزد صلوة عصر است و در آخر روز حرارة آفتاب ضعیف شده باشد
بخلاف بعد از زوال و چون بلد بحری از هر جانب مکشوف باشد و باد
از هر طرف بر بلد وزد ممکن نکند بخار جمع نشود و هوا از عفونت سالم
ماند و چون یکجانب بلد مستور باشد کوه جنوبی بهتر است و بدتر از همه کوه
شمالیست بجهة باد شمال در بلد بحری موافق ترین ریاح است چنانچه گذشت
بعد از آن شرقی و غربی پس معلوم شد که باد جنوب بغایت عفن هوای
بلد بحری است در عفونت و غلظ و فساد هوا بیفزاید اما ریاح اربعه بدانکه
که مراد از شمال و جنوب که در اینجا مذکور میشود نسبت با ربع مسکون بلاد است
که هر دو از جانب شمال خط استوا است شمال و جنوب حقیقی که مراد از آن
دو جانب خط استوا است ریح جنوبی را تا ریح بیضا گویند بجهة آنکه سبب
حرارة سحاب را بتحلیل برده و هوا روشن سازد کم مثل است اما حرارة
او بجهة آنکه از موضعی می آید که عرض از آنجا از غایة میل است و آن موضع گرم است
اما رطوبة او بجهة آنکه در آن موضع بخار و آبهای بسیار است و باد
جنوب سست کننده و گشاینده مسام است و اخلاط و رطوبات بدن را مستعد

عفونت بیان در ریح شمالی سرد و خشک است بجهة آنکه از موضعی می آید که در
حوالی قطبست و بعبور و مرور بر آن بلاد سرد و ثلجی است و کوهها پر برف در اینجا بسیار
و دریا کمتر است و تأثیر آفتاب زیاده نیست که بخار آن از زمین برانگیزد ریح
شرقی و غربی هر دو معتدلست نسبت بشمالی و جنوبی اما شرقی خشکتر از غربی
و بهتر از و بجهة آنکه مقتضی قوم است که وزیدن باد شرقی در اکثر اول روز
می باشد و مصاحب حرکت آفتابست و تأثیر آفتاب در وی بیشتر است و هبوب
غربی اکثر در آخر روز می باشد و حرکت او ضد حرکت شمس است و تأثیر
آفتاب در و کمتر است و این حکم مقتضی آنست که باد شرقی کم ترطیب باد
غربی باشد الحاصل تأثیر ریاح مذکوره شد حکم ریاح است فی نفسه و
تا نه بود که آثار ریاح بحسب بلاد از وجوه مذکوره بگردد مثلا معدن کوگرد
حکم بر عکس این باشد باد شمال تسخین نماید و باد جنوب تبرید کند
تتمة الکلام در بیان تأثیر امور مذکوره دیدن روا جا لست از کلام
بعضی حالات حبث اتمام بحث فی الریاح اولا باید دانست که ریاح را تأثیر
عظیم است در بدن حتی آنکه تغیر طبیعت چنان میکند در وقت تولد از
زنی بماند که چنانچه گفته اند که اگر در وقت زناشد حیوانات باد شمال
آید بچه تیر آید و اگر باد جنوب وزد ماده بیشتر آید ریح شمالی
و آن بادیست که از جانب شمال می آید که مواجه قبله باشد باد شمال
بدن را قوی گرداند و مسامات بدن را بندد و حرارت در باطن جمع
سازد و منع سیلان کند از فضول بدن و هضم را قوت دهد و گشنگی اندک

و دراوایل ادرار بول نماید و مصلح هوای عفنی باشد و چون اما باد
جنوب وزد بعد از ان باد شمال آید جنوب مواد بحرکت آورد و شمال عصر کند
مواد از ظاهر بدن باز دارد و درد کام و امراض سینه و درد پهلو و زکام
ظاهر شود و اسهال و انشقاق مجاری تابع آن باشد و امراض باد شمال درد
عصب و اعضای عصبانی و درد پهلو و سینه و سرفه و مفاصل است و شمال
اگرچه در اول حال بول زیاده کرده اند اما آخر کار بجهت زیادتی تاثیر عسر بول
آورد و ریح جنوبی اسهال آرد بعضا گویند از دو وجه یکی وجه مذکور شد دوم
دیگر گفته اند که چون این باد بسیار وزد مرغ تخم بسیار نهند و آن ریحی است
که از بین مستقبل مشرق آید مسام بدن بگشاید و اخلاط بحرکت آورد
و حواس و دماغ ثقیل سازد و خواب زیاده کرده اند و صداع آورد و رطوبت
در بدن بیفزاید و سبب تبهای عفنی شود و ریح شرقی و آن را صبا گویند
در اکثر آخر شب و اول صبح آید بحرارت آفتاب لطیف شده باشد و تحلیل
یافته و اگر آخر روز یا اول شب آید لطافتش کمتر باشد و رطوبتش
بیشتر و ریح مغربی آن را دبور گویند و حکمش نقیض حکم شرقی باشد
اگر در آخر روز و اول شب آید چنانچه بیشتر بدین وجه باشد بهر ان
باد شرقی باشد که در آخر روز و اول شب آید و ریح شرقی و مغربی
هر دو چون با اعتدال نزدیک آید بهوای بلد و بدن زیاده تاثیری
ندارند فی المساکن مخفی نباشد که زمین و تربیت و منازل و مساکن را
در بدن تاثیری تمام هست که تابع هوای بلد نیست مثلا سیاهی اهل حبشه

[illegible]

[illegible]

تولید ه است سیاهی اهل هند بجهت نیست با انکه مقرر است که هوای هند
کم تر از حبشه است پس تاثیر هر یک از مساکن بیان باید نمود ساکن حاره
سیاه کننده و پوست بدنستر و بدن اهل آن نرم باشد و هضم ضعیف
کرده اند و رطوبات بتحلیل برده و رنگ سیاه کرده اند و زود پیری آورد چنانکه
گویند که در بعضی از بلاد حبشه اهل آن در سن سی سالگی بشیخوخت رسند
و مناسب بمزاج اهل ساکن حاره غالب باشد ساکن بارده اهل آن
قوی البدن و شجاع باشند بجهة آنکه هضم ایشان قوی باشد و مزاج
و حزن بر بدن این طایفه غالب بود و چون رطوبة در بدن ایشان
باشد فربه و شحیم و خوش رنگ و نرم اندام و رنیک پوست باشند چون
بلاد سرد تر باشد بلاده و اهل آن ستولی باشد ساکن رطبه نرم پوست
و نیکو بشره باشند اعصاب و رباطات و مفاصل ایشان سست باشد
و اوجاع مفاصل در انجا بسیار و همچنین حمیات عفنی و اسهال دم و نزف دم
و بواسیر و قروح مصرع و قلاع بسیار باشد و هوای چه غلظ هوا انجا
مشابه کنند و تابستان بسیار گرم نشود و زمستان بغایت سرد نباشد ساکن
یابسه پوست بدن اهل انجا خشک و طرقیده باشد و دماغ ایشان خشک باشد
از جهت حواس ایشان صافی باشد و قوت حافظه قوی و زمستان بسیار سرد شود
و تابستان بغایت گرم کنند و مساکن عالیه اهل آن بیشتر صحیح البدن و قوی و طویل
القامه و شجاع باشند و سبب این امر صفای هوا و خوبی هضم و بسیاری حرکت و کمی
حرارت غریزیست ساکن غایره اهل آن حزین و غمگین باشند و رنگ ایشان

فاسد و بیمار باشد و آبهاء ایشان گرم باشد بتخصیص که درختها و چشمها بگرد
آن برآمده باشد و آب ایشان بجهة هوای ایشان فاسد گردد و اگر چه تن نفس
نیکو باشد ساکن جنوبی هوای ایشان در زمستان گرم و در تابستان سرد باشد
کما اینکه بکوه واقع شود که این هنگام بجهة ارتفاع زمستان سرد باشد و تابستان
بسیار گرم نباشد و این طایفه را بدن سخت و متلذذ باشد و بیمار نشسته و بسیار
موی و ظاهر المفاصل باشند و مزاجی و خشکی بر دماغ ایشان غلبه کند کما اینکه در اینجا
آنجاء بسیار باشد که تعدیل یبوست هوا کند و صاحب شجاعة و نجدة باشند
و بجهت صفای حواس در صناعات تیز فهم باشند ساکن جبلی حکم ایشان حکم
بلاد بارده یابسه دارد و در صحبت حکم او را از حکم بلد جنوبی و بلدی که در هوای
باشد و خشک و دایم باد آید و بواسطه بودن برف و بودن حکمش مختلف گردد
چون برف در کوه باشد ریاح آن سرد و کم رطوبة باشد بحسب جمود برف و
چون برف آب گردد و بخارات برخیزد رطوبة هوا زیاده گردد و غلیظ باشد
و اگر چنان اتفاق افتد که با این حالت ریاح نیاید هوا قابل عفونة شود و حکم
ساکن غایره داشته باشد در حبس بخار ساکن بحری یا بلد بحری یا در میان
دریا باشد یا بکنار دریا و ساحل باشد که اگر در میان دریا باشد بهر جهت
پس اگر بلد شمالی باشد از بلاد مکرم وسط اقالیم است قریب بجنوب و سکن بتعدیل
هوای آن سیکی مانند و برودت ... گرم نسازد لیکن سبب حبس حرارة
و عفونة نمی شود از این جهت حافظ صحت را مناسب نیست و اگر بلد جنوبی باشد
از بلاد ماد ارتفاع بلد و بعد او از بحر بهر جهت ساکن شمالی یعنی مواضعی که

که نسبت با اقالیم ثلثه و رابع شمالی باشد این ساکن حکم بلاد مرتفع بارده دارد
امراض عارض را بسیار باشد و مواد در باطن جمع کرده در بهار بیان شود و
هضم نیکو باشد و مناسع دیدن بلاد با وجود برودت کمتر باشد و این طایفه
طویل العمر و شجاع باشند و سبعیت با اخلاق ایشان غالب بود و بعضی گفته اند
که زنان ایشان کم زایند و شیخ الرئیس در تنبیه که بجهت جمع حرارت و قوة
وقت منی ندبیا را آورند و اسقاط کمتر واقع شود و چنانکه در بلاد ترک
شاهده شده و امراض آن بیشتر کزاز و سل است و زنان ایشان را فتق ساهی
و دختران ایشان را استسقاء و قیلة رحم بسیار عارض شود و چون بس شباب بعضی
رسند بطون کرده بجهة قوة کی فتن حرارت ... و چون بلاد کم بلند
و چون واقع شود بصعوبت کنده و ساکن جنوبی آبها دین بلاد اکثر شوره
و کبریتی باشد بجهت گذشتن آب عذب بزمین محترق و اهل بخارا
حکم زر ... شود و دماغ ایشان از بخارات مواد دنی ممتلی باشد و اعضای
اعصاب این طایفه سست باشد و کم شهوة باشند و زنان ایشان زود دم ان
مجاری معتاد بسیار واقع شود و اسهال حزن و باسیر در ایشان باشد و زنان
بجهت ضعف بچه بسیار انداز شد و چون ... را بمجامعت از بمجاه بکنند فالج بسیار
پیدا گشته تنگی نفس در کهولت اکثر باشد و فالج در مشایخ کمتر باشد بجهة
قلت حرارة و غلظ هوا در مشایخ و احتیاجات ... بیان واقع شود
ساکن مشرقی و مغربی مخفی نماند که اکثر استعدا عمارات را جانب مغرب کرده اند
پس هر بلد که طول او از مغرب کمتر از نود درجه باشد مغربی بود و [illegible]

زیاده بران بود شرقی گیرند باین اعتبار حکم بلد شرقی و غربی مختلف
نشود بجهة آنکه تابش آفتاب در طول سنه متبدل و متغیر نگردد اگرچه بعضی گفته‌اند
که بلد شرقی هوای او لطیف‌تر و صحیح‌تر است بجهة آنکه نزدیکتر است بمطلع
آفتاب اما قیاس مقتضی تساوی است و گاهی بلد شرقی میگویند و مراد آنست که از
جانب شرق گشاده باشد و از جانب غرب بسته و مغربی بر عکس آن و باین
معنی حکم ایشان مختلفست چنانچه در فصل شرقی و غربی مذکور شد فی اختیار
المساکن اختیار کننده مسکن باید که اول تحقیق تربة و ارتفاع و انخفاض بلد
و آبها و جاهای در آن نماید و مشاهده جبال کند و هبوب ریاح بران بلد
تفتیش کند و احوال اهل بلد از صحة و مرض و وقوع انواع امراض که چه
نوع مرض در اینجا بیشتر می‌باشد تحقیق کند و همچنین ملاحظه کند حال عرصه
که گشاده و وسیع است تا ریاح فاسده را در اینجا گذر بیا راست یا عرصه آن تنگست
و مداخل و مخارج هوا و ریاح بست و نفس را تنگ می‌سازد چون بلد معیوب
اختیار کند خانه را بر وجهی که خواهد بنا کند و دریچها و دریچها از جانب
شمال و شرق بگشاید و چنان کند که باد شمال بجمیع منازل بگذرد و آفتاب بجمیع
خانها بتابد و آبهاء صافی و رقاق که رو بگیا زمین کرده از خانه بگذرانند
و اگر بلد بر وجه فاضل نباشد دریچها از جانبی کشند که از ان طرف باد آید
و خانه را بلند سازند جمله سیوم در اسباب غیر طبیعی مضاد طبیعت و آن
یا تغیر هواست بفرط حرارة و فرط برودة که مضرات آن بغایت رسد چنانچه
حیوة را آن ممکن نباشد یا تغیر جوهر اوست و آن را وبا گویند و وبا یا بسبب

اعم فرو در سرعتوم این سخن مذکور میکرد ست

بخارهاء متعفن است که از مرداریهاء جنگگاه برخاسته و با هوا مخلوط گشته
یا بسبب عفونتی است که در باطن زمین بخارهای فاسد در معادن ردیة
الجوهر مجتمع شود و یکدفعه راهی یابد و از زمین بیرون آید و با هوا
مخلوط شود و با آب و گیاه و مزروعات سرایت کند و آنها را فاسد سازد
و از خوردن حیوانات نبات را و از خوردن آدمی حیوانات را مزاج روح
و بدن فاسد گردد و طاعون پیدا شود و در میان خلق مرگی شایع گردد
خصوصا کسانی که امتلا در بدن ایشان باشد یا ضعیف باشند مثل کسانی
که مباشرت بسیار کنند یا مسام ایشان گشاده باشد یا رطوبة غالب بود
که این جماعت زودتر قبول فساد کنند و وبا بیشتر در آخر تابستان و اول
پاییز پیدا شود و در بهار بجهة قلة حرارة و در زمستان بجهة برودت
وبا کمتر باشد و علامات وبا چنانچه شیخ میفرماید آنست که چون رجوم و شهب
در اول پاییز و ماه ایلول بسیار شود گفته‌اند باشد وبا بسیار شود هر گاه باد جنوب
و صبا جنبند و در کانون افزوده در هوا تیرگی و مانند ضبابه پدید
آید و گمان شود که باران می‌آید و باران نیاید و هوا گرد ناک و خشک
بماند و مثل غبار و دود در هوا نمایان گردد باید دانست که مزاج هوا
فاسد شده اما وباء صیفی حیث را علامت آنست که در بهار باران کم
شود و سرد گردند بعد از ان باد جنوب پیدا آید و هوا چند روز گرد و مدت
پیدا کند بعد از ان یکهفته یا بیشتر صاف شود بعد از ان شب سرد شود
و روز گرم گردد و کدورت و گرفتگی حرارة ظاهر شود و با تردیگیست

صبا
باد شرقیست

و جنبات ماهی و چغندر و امثال آن ترک باید داشت و همچنین هرگاه
دیدند که هوا چند رنگ بگردد گاهی صافی شود و گاهی کدورت پیدا کند
و آفتاب گاهی صاف روشن برآید و گاهی مکدر کم رنگ دیده است
از غبار حکم چنین باید کرد که حدوث وبا و حدوث حیوانات ذکیة الحس مثل
تغلق بکنند و حشرات که از عفونت متولد میشوند بسیار شود و موش و جانوران
که در زیر زمین جای دارند از مساکن و مواضع اختفاء خود بیرون آیند و
جا و جای خود تغیر کرده اند دلیل نزدیکی وباست و کسیکه در وبا
چنان شاهده نموده اند که بیماران تیر و کمان و کتانی در دست دارند
و تیر و سنگ به مردم میزدند و سبب آن آنجه محرق باشند که بچنین صورت
تخیل ایشان تدبیر حفظ بدن از وبا حفظ بدن از وبا چنان باید کرد
که در تنقیه و تخفیف بدن کوشند و بدن را از اخلاط بفصد و مسهل و جلاب
و قی پاک سازند اما بملاحظه و تدریج تنقیه نمایند که موجب ضعف بدن
نشود بلکه از مضعفات بدن و جماع اجتناب نمایند و از مرطبات و مفتحات
مسام بدن مثل حمام احتراز لازم داشته و هوای خانه را خشک کرده اند و
مثل عود و عنبر و مشک و کندر و صندل سرخ و مصطکی و لادن دود کنند
و همچنین صندل و کافور و عود و ... بخور کنند که تدبیر آخر تا
اصحاب ... باشد هر دو بخلاف ... و در منزل عطرها نهند مثل سیب و
ریاحین ... در این باب تعقیق عظیم هست ... کمتر
استنشاق کنند بلکه آسایش اختیار کنند و چون سبب فساد هوا بجهة امور

ارضی باشد بلند جاها اختیار کنند و بر بالاخانها و کمتر جای نشست سازند
و اگر بجهة امور سماوی باشد برعکس آبها و خانهای پوشیده روند و در غیب
نمناک ... در منزل باشند و بنشینند و بیاشامند بسیار سرکه را
میل کنند که استعمال سرکه امان است از وبا و حلتیت در سرکه حل کرده در خانه
بپاشند و حلتیت بخورند و در ماکولات داخل کنند که حلتیت در وبا
نفع بسیار دارد و منع عفونت کند در بلاد هند مردم مواضعی که خوف حدوث
وبا هست اهل انجا در هر طعام اندکی از حلتیت داخل میکنند و متاعی
خوب است که از اصفهان ... بر مواضع می بندند و آب انار ...
اما تشنگی بسیار ... که محلل قوی است و مضرت تمام دارد و
مخففات و قلیل ... خشک ... و کشتها در سرکه ... پخته ...
و غذا اکثر از معتاد ... مناسبت ... و
... مناسبت ... زعفران ... از مجموع یکدرم ...
مناسب ... ذیل چون پوشیدن جامه بر وفق تغیر هوا اختلاف
میشود و تابع فصول است ذکر آن در ذیل این باب مناسب نمود باید
دانست که جامه ... بدن کسب حرارة میکند و کم میشود بعد از آن در
بدن تاثیر مینماید اگر بدن را بیشتر از آن گرم میسازد که حرارة بدن بوجه
آن لباس را گرم گویند چون پشمینها و پوستینها و اگر کمتر از آن گرم شده
گرمی رسید هست آن لباس را سرد گویند چون کتان و ملبوس آدمی در گرمی
یا پشمینه و جیغه باشد یا ابریشمینه یا الجه از پنبه یا کتان سازند یا مرکب

از پنجا جامهٔ پشمینه معلوم شد که گرم است و کتان سرد و ابریشمینه میان کتان
و پشمینه باشد و گرم‌تر از پنبه بود و هرچند جامه نرم‌تر باشد گرم‌تر بود
زیرا که بهتر بچسبد و بدن را نرم کند و مناسب زمستان باشد و جامهٔ خشن
لاغری کند خصوصا مصقول باشد و بر بدن نچسبد و جامهٔ کتانی نرم بهترین
جامهاست و چون از کتان بر بدن چسبد و کتان جامهٔ تابستان است بتخصیص
که خمیدهٔ آن فراخ باشد و تنج آن بر هم نشسته باشد خصوصا که مصقول
باشد و بر بدن چسبد و جامهٔ ابریشم از پنبه گرم سازد و هرچند جز آن از آن
تر باشد که گرم‌تر باشد و صوف و هرچه از موی گرم و خشن باشد و بجز الاغ
و خشک و سخت کرده اند تخصیص آنچه از موی باشد خصوصا در تابستان و پشم شتر
و مرغ بغایت گرم باشد بجهت نرمی و بجز این نسازد و پشت و گرده را گرم
سازد و قوة دهد و خز که از ابریشم و پشم باشد بدن و گرده و پشت را گرم
کند و ماستد پشمینه ادنیه بشرط ندارد و عمامه که بر سر نهند باید که معتدل حجم
باشد که گران نباشد که در تحمل کشیدن آن دشواری باشد و گفته اند که عمامه
گران بر سر نهادن سبب گرانی و تقلیل موی [illegible] میشود و سبک نیز نباید که هوا
سرد و در سر و دماغ اثر کند اما پوستینها بحسب انواع و اصناف حیوان مختلف شود
پوستین حیوان سالخورده گرمی بیشتر دارد و سنجاب از جمیع پوستینها حرارتش
کمتر است و گرم‌ترین پوستینها [illegible] روباه است و سمور قریب بسنجاب است
صاحب کامل گوید سمور افضل پوستینهاست و گرمی بسیار دارد و گرمی و خشکی و قاقم
کمتر از سمور است و موافق بدنهای معتدل است و بعضی گفته اند فنک میان [illegible]

سمور است و موافق بدنهای معتدل است و گفته اند که قاقم قریب بسنجاب است و
از لباس بهار است و [illegible] گوید فنک و قاقم [illegible] حرارة باعتدال اند
مناسب معتدل المزاج است و قرشی گوید که حاصل [illegible] مزاج اجزاست
مرا جای سرد و مردم [illegible] است و غرض پشت و گرده را گرم سازد و [illegible]
[illegible] و برین عالم گرمی اند که دارند [illegible] گرم‌تر است و گرده و پشت مناسب‌تر
باب دوم در ماکول و مشروب و آن مشتمل بر دو فصل است فصل اول در ماکول
مثل [illegible] اغذیه و مشتمل بر سه جمل است جملهٔ اول در بیان حفظ صحت بغذا بدانکه
هرچه وارد بدن آدمی میشود اگر بکیفیت تنها عمل میکند آنرا دواء مطلق گویند
مثل فلفل و کافور و اگر بمادهٔ تنها عمل میکند آنرا غذاء مطلق گویند مثل گندم
و اگر بکیفیت و ماده هردو اثر میکند آنرا غذاء دوائی و دوای غذائی
میگویند مثل کدو و کبر و اگر بصورت نوعی اثر میکند آنرا دوا بالخاصة میگویند
مثل فادزهر و سم عقرب و معنی تاثیر غذا بماده آنست که صورت غذائی
بگذارد و صورت عضوی قبول کند و غذا پیش از آنکه قبول صورت عضوی کند
آنرا غذاء بالقوة گویند و چون صورت عضوی یافت غذاء بالفعل شد
و احتیاج است بدن را از غذاء بجهت اسباب داخلی و خارجی دائما در تحلیل
[illegible] است اگر چیزی نباشد که بدل ما یتحلل کند لحظة فلحظة نقصان پذیرد
و بر حال خود باقی نماند چنانکه نمو و ازدیادی حاصل کند و جمع عبارة
از آنست که بدن طلب ما یتحلل نماند تا اورا تشبیه بجزو سازد و چون صحیح المزاج
بغیر از تحصیل بدل ما یتحلل احتیاج باصلاح کیفیتی ندارد و غذاء او باید که

از کیفیتی مفرط که در بدن تاثیر ظاهر کند خالی باشد و غذا و صحیح باید
که از جنس غذاء مطلق باشد و مشابه او باشد بخلاف تدبیر مرض و معالجهٔ
مرضی که در حالت مرض چون کیفیتی غلبه کرده لایق آنست که طبیعت غذاء او مخالف
سوء المزاج غالب باشد تا رد بدن بصحت تواند کرد و حکما گفته اند تدبیر الصحة
بالمثل و علاج المرض بالضد و تشبیه کرده اند صحت را بمستقیم که باستقامت
باقی نماند الا آنکه میل بهیچ طرف نکند و تشبیه کرده اند مرض را بمستقیمی که
معوج شده باشد که باستقامت باز نمی تواند آمد الا آنکه میل بجانب مخالف
کنند بدین سخن اعتراض کرده اند که این سخن لازم می آید که محرور را عسل
مناسب باشد و حال آنکه از آن متضرر میشود و همچنین مبرودان غذاهاء
بارده ضرر می یابد بلکه کل واحد از ین امزجه از غذاء نقیض مزاج نفع
می یابند و شیخ و ابن صادق و دیگران جوابها داده اند و اکثر مدخولست و عنقریب
انشاء الله در حاشیه که بر شرح موجز نفیسی نوشته میشود تفصیل آن مذکور خواهد
شد و ملاحظهٔ غذا از چند وجه باید کرد از جهة کیفیت و جوهر و کمیت
و ترتیب و وقت و کیفیت شهوت و عادت و بنا این حالات طرق خوردن غذا
نیز مراعی باید داشت با آنکه غذا از اول نضج تمام باید نمود و بغایت خوب
باید ساخت خصوصا طعامهاء غلیظ که چون نضج و خوب ساختن آن بقاعده
نباشد کار دندان معده نرماید و معده فعل خود براحتی نتواند کرد و در فعل
معده چون قصور واقع شود کیلوس خام با تمام بجگر نرسد و فعل جگر نیز
ناتمام باشد و چون نضج کیموس از مرتبهٔ لایق قاصر باشد هضم عروقی و عضوی

نیز ناقص گردد و حالتی شبیه بسوء القنیة ظاهر شود و بدین حالت چون
مداومت نمایند اگرچه در اول ضرری از آن ظاهر نشود اما وقتی که فتور در
قوی و نقصان در حرارت ظاهر گردد و نتیجهٔ آن بفعل خود آید اما کیفیت
غذا اند بر حسب کیفیت چنانست که معتدل البدن غذاء و دوائی که در هیچ
کیفیتی بر آن غالب باشد بخورد مگر احتیاج و تقدم بحفظ صحة الکه غذاهای که هم
خوب نمی نمایند و غذاهای که بر وجه خوب با طبخی مسوده ای بکرده اند و بعضی تفصیل
میسازد بلکه اقتصار کنند بر گوشت گوسفند جوان مبرع یکن غاله و بره کار و
نیکساله و نان که از گندم پاک خالی از دانهای بد مثل شیلم ترتیب نموده باشند
و پختن آن بر وجه لایق باشد و آن گندم از آفت زراعت خالی باشد و
اختیار کنند از طیور مرغ خانگی و طیهوج و کبک و تذرو و دراج و ختیار
از حلواها الحجز از قند و شیرینها ملایم طبع ساخته باشند و از میوها انار و انگور
و انجیر و سیب و رطب در بلادی که بهم رسد و آن معتاد باشد و اگر احیانا غذائی
و دوائی واقع شود چون غذاء مصنوع باشد در وقت ترتیب بجهة اصلاح آن
کنند و اخلاط سازند مثل آنکه فلفل در قلیه کرده اندازند بیشتر آنست که هر چه
اصلاح غذائی مینماید در لذت او نیز می افزاید مثل اصلاح نمک حیانه را
و اصلاح ترشی بشیرینی و بالعکس و اگر غیر مصنوع باشد بعد از آن بغذاء
مخالف در کیفیت تدارک آن نمایند و اگر مزاج از اعتدال بجانب حرارة
یا برودة مایل گردد غذاء و دوائی مخالف مزاج اختیار کنند و اگر غذائی
موافق مزاج مخالف واقع شود این شخص را در اصلاح و تغییر آن سعی تمام باید نمود

مثلا بارد المزاج اگر ماهی تازه یا قلیه که مغذا سازد در تدارک آن کوشد
و اصلاح آن بعسل و زنجبیل و پودینه نماید و حار المزاج اگر عسل خورد بسماق
تدارک کند اما جوهر غذا اندر تدبیر بحسب جوهر غذا چنانست که غذای غلیظ مثل
گوشت گاو و نان فطیر موافق کسیست که حرارت غریزی در معدهٔ او قوی باشد و
تعب کند خصوصا در زمستان که در معدهٔ این شخص این طعامها هضم نیکو یابد و غذای
بارد هد و قوت افزاید و این طایفه اگر غذای لطیف خورند در معدهٔ ایشان
محترق گردد و حکم آن دارد که با آتش قوی خاشاک ضعیف نهند در حال خاکستر گردد
و تاب آن آتش تیز نیاورد و بخلاف هیزم غلیظ و همچنین اهل تعب و ریاضت
را غذای غلیظ موافق است و حجامت و استفراغ باید کرد که اشتهای ایشان بکمال رسد
مبادا از غذای غلیظ آنقدر میل کنند که هضم نیکو نیابد و اگر افراط کنند
هرچند در اول حال مضرتی از ان مضرت نیابند در آخر عمر بامراض بیکار(?) گرفتار
شوند و بعضی را حال بر عکس این باشد و حرارت معدهٔ ایشان ضعیف یا اهل راحت
باشند این طایفه را تحمل غذای غلیظ کثیف نباشد و چون غذای غلیظ خورند
خلطهای خام غلیظ تولد کند و سبب سده بیماری گردد بلکه بغذای لطیف مثل
مرغ و طیهو و دراج و جوجهٔ طیهو اکتفا نمایند بتخصیص در تابستان اما کمیت
طعام قدر طعام هر شخص بحسب عادت و قوت او باید که باشد بر وجهی که معده
ثقیل نشود زیرا که چون غذا بسیار مجتمع کند متنفر شود و بر آید بجهت آنکه
در پختن طعام در وی یک جسم میشود و چون حجم زیاده شود معده را ممتلی گرداند
و حجاب مزاحمت رساند و نفس تنگ سازد و بقی کشیده و متنفر شود غثیان

و اضطراب و بیحالی آرد و سبب تخمه و فساد هضم گردد و امتلاء معده اگرچه از
طعام محمود باشد سبب تولد خون فاسد شود و چون عروق از اخلاط فاسد پر گردد
امراض صعب تولد کند مثل حمیات حاده و تبهای عفنی و مزمنه و اصناف فالج
و اوجاع مفاصل و وسواس بحسب مزاج و اختلاف اغذیه و شیخ الرئیس فرماید
بسیار مردم امتلاء معده را کرده و ناخوشان مرده‌اند و نشانهٔ اعتدال قدر طعام آنست
که بعد از فراغ طعام حالات مذکوره ظاهر نشود و نبض عظیم و نفس متواتر
و صغیر پیدا نکند و بعد از مدتی که آروغ آید بوی طعام از ان نیاید و اگر
امتلا واقع شود فی الحال قی کند و آب گرم معده را پاک سازد و مقویات معده
بخورد و اگر معتاد بقی نباشد یا سبب درد سینه و حلق و امراض سر و دماغ
از قی اجتناب داشته باشد آب گرم اندکی بخورد که غذا را بقعر معده فرستد
و بنبات شکم نرم سازد و همچنین اگر معده ملین شکم مثل کمونی و تمر هندی
و اطریفل ملین مدد هضم نماید و اگر هم نخورد صبر و هم نخورد علک و یکی(?)
ممزوج ساخته خورد مناسب است مبادا از ان زمانی دیر بخواب رود و در تحریک
غذا شرکت کند و بحمام رود تا آنکه هضم باقی معده تمام شود و آروغ
بوی طعام نکند و اگر در خورد همچنان که ثقل و امتلا و سستی یابد باید
دانست که عروق از فضله ممتلی شده و غذا اگرچه در معده هضم شده در
عروق خام مانده و هضم نیکو نیافته پس تدبیر دفع ماده از عروق باید
کرد بهر نوع که صلاح وقت و زمان باشد و امتلاء اقتضاء آن کند و بعضی باشند
که بدن ایشان محتاج باشد بغذا و بجهت ضعف معده آنقدر که بدن را آن

محتاج باشد نتواند خورد بتکثیر مرات جبر نقصان کمیت نماید و غذاء
لطیف کثیر التغذیه بر سبیل کسکی و اگر چند روز چنان واقع شود که غذائی
واقع نشود چون بعد از ان سیری از لاغری اندک اندک خورند بتدریج زیاده
سازند و بسیار مردم بوده اند که از عدم ملاحظه درین وقت و خوردن طعام بسیار
بیکبار هضم فوت شده اند بلکه انتقال از ضد بضد در جمیع امور مذموم است
و انتقال از ضد بضد بتدریج باید و رعایت باشند که چون طعام خورند
در خود حرارة یابند و از انتفاع بمجاری حالتی مثل تشنج و لهذا احساس کنند
و چون نکایات طعام بجهة طبخ غذا در معده بسیار شود و ناشند حرارة بتدریج
خود یابند این طایفه از مقدار طعام که ضروری ایشان باشد کم سازند و
بزیادتی مرات جبر تقلیل نمایند و بتدریج طعام خورند و مشایخ که هضم
ایشان ضعیف شده باشد مقدار طعام را کمتر از ایام جوانی خود قرار دهند
اما وقت خوردن غذا می باید که وقت غذاء لاحق بعد از نفاذ معده باشد
از طعام سابق و بعد از انکه بریاضت تنقیه معده کرده باشند و تحلیل باقی
فضله طعام بوده و اشتهای صادق ظاهر شده باشد بعد از ان ساعتی صبر کنند
که بعضی از طباخ معده بتحلیل رود خصوصا طول مزاج تخصیص که رطب
المعده باشد بعد از ان متوجه غذا خوردن شوند و چون اشتها صادق پیدا
شود مدافعت نباید کرد که در خوردن غذا چون تاخیر کنند اخلاط صفراوی یا
رطوبات معده منجذب کرده و بر خلطی شبیه بر قیح و چرک مستحیل شود
خصوصا در معده که کم کرده انکه در معده خلطی باشد که مستعد غذائیت باشد

و یابس المزاج صبر بر گرسنگی بیشتر از بلغمی و رطب المزاج دارد بجهة کثرت تحلیل
سرعت آن در مزاج رطب و اگر خطا واقع شود و طعام دیرتر خورد و مثل
آن خلط که مذکور شد در معده او نزول کند اول قی کند بسکنجبین و آب گرم
یا طبخ را تمام سازند با آب آلو و ترنجبین و چون اشتها پیدا شود غذا میل
کنند و تابستان طعام در اطراف نهار میل کنند که حرارت در باطن مجتمع باشد
و در زمستان در نصف النهار و چون ریاضتی واقع شود ساعتی آسایش اختیار
کنند و بعد از ان متوجه غذا خوردن شوند اما ترتیب غذا بیان غذاء غلیظ
و لطیف سریع الانحدار و بطی الانحدار و مزلق و قابض جمع نکنند و اگر
واقع شود ترتیب نگاه دارند باین وجه که غذاء سریع الانحدار که زود از معده
گذرد مقدم دارند بر غذائی که دیر گذرد بجهة انکه انچه زود گذرد چون
هضم شود راه گذر بسته یابد فاسد گردد و در اسناد ما بقی کند و همچنین غذای
ملین را مقدم دارند بر غذاء قابض حابس که اگر عکس این اختیار کنند
ملین قابض را پیش از تمام هضم براند و همچنین غذای بطی الهضم
کثیف را مقدم دارند بر غذای لطیف سریع الهضم بجهة انکه قعر معده
گرم تر از فم است و قوت هضم در وی قوی تر است این قول صاحب کامل است
و شیخ میفرماید که حذر باید کرد که غذاء رقیق سریع الهضم را وارد سازند
بر غذای قوی که صلب تر از ان باشد بجهة انکه رقیق پیش از غلیظ صلب
هضم شود و چون راه نیابد فاسد گردد و فساد ما بقی کند و حق آنست
که از جمع این دو غذا بهر طریق تنادی لازم آید لکن انکه تفاوت میان اینها

در غذا اندکی باشد و ایجان باشد که حرارت قوی معده جاذب اخلاط غلیظ باشد
که بیشتر وارد شده و همچنین هر طعامی که قبض و عصر بسیار داشته باشد بر اغذیه
دیگر وارد نسازند که عصر غذا را از معده بحدر رساند لکن اندکی که جرم معده
را جمع کرده اند طعام را بقعر معده رساند و اگر کسی را شکم نرم باشد طعام را
مقدم بر نگیرند چون بیش از طعام از قابض مثل به اندکی خورد نفع یابد و
نگذارد که غذا از دهان معده گذرد اما کیفیت شهوة طعام غذا بشوق و
آرزو خوردن در نیکویی هضم دخل تمام دارد لهذا باید که غذا لذیذ باشد
تا بیشتر طبیعت اقبال کند از جهت طعام لذیذ اندکی مضرت را اختیار کرده اند
بر غذای کم لذت بی مضرت بقراط میفرماید ما کان من الطعام والشراب اخس
قلیلا الا انه الذی ینبغی ان یختار علی ما هو افضل الا انه اکره و چون کسی را آرزوی
طعام عجیب و غریب کم شود چیزهای تیز و شور میل کند دلالت بر آن دارد که
در معده اخلاط لزج غلیظ جمع شده قی کردن بسکنجبین و آب گرم و دیگر
مقیئات مفید باشد اما عادت مراعات عادت در وجبات یعنی مراعات
اکل واجبست بعضی چنان کنند که غذا در اول روز خورند و بعضی در وسط عادت
و بعضی در آخر و بعضی بیک نوبت اکتفا نمایند و بعضی دو نوبت اختیار کنند
و جماعتی بسه نوبت رسانند پس اگر در عادت تقدیم و تاخیر واقع شود
یا در عدد مرات بیفزایند یا کم کنند مضرت یابند اگر تاخیر کنند یا مرات
اکل کم سازند ضعیف شوند و در فم معده لذع و سوزش یابند و تحلیل
کنند که احشا و آلات غذا بدین آویخته و اگر تاخیر بافراط کشد حتی تنها

قوای وی و دستها پاره شود بتخصیص در معده که صفرا ریزی و اگر
تقدیم نمایند یا مرات اکل زیاده سازند ثقل بدن و نفخ معده و سستی
و امثال آن ظاهر شود و طایفه باشند که بغذاء غلیظ معتاد باشند و از
غذای محمود مضرت یابند و بعکس این بعضی معتاد باشند و همچنین در
بعضی از بلاد بنوعی از غذا معتاد باشند مثل عرب و اهل جاهایی که بحرها و
ماهی شور معتاد اند اگرچه غذای صالح نباشد از آن غذا مثل دیگران متضرر
نشود بلکه ایشان را حفظ عادت خود باید نمود که غذای مألوف ایشان اگرچه در آن
مضرت باشد با ایشان موافق تر است از غیر مألوف هرچند جید الجوهر باشد
و چون کسی عادت کند خوردن غذای فاسد غلیظ با آن عزم بباید شد که
در اوایل اگرچه مضرت کمتر یابند بمرور ایام اخلاط فاسد در بدن جمع شود
و امراض مهلک مزمن تولد کند بتدریج ترک آن باید نمود که گفته اند که
العادة طبیعة ثانیة و در بعضی کتب طبیعة خامسه نیز واقع شده و هر یکی را
وجهی است شیخ میفرماید که طایفه که بتغلیظ تدبیر معتاد اند چون تدبیر
لطیف اختیار کنند غذای لطیف بجای غذای غلیظ بر سازند و هزال در ایشان
بیشتر در آید و چون بغذای غلیظ باز گردد سده احداث کند و بعضی باشند
که در صحت بطعام لطیف خود را معتاد سازند و استفراغات کنند بتخییل آنکه
صحت خود نگاه میدارند و حال آنکه کار بر عکس است بقراط میفرماید الحمیة المفرطة
فی الصحة کالتخلیط فی المرض چون از مشتهیات نفس خود را نگاه دارند
بدن ضعیف و نحیف گردد و حرارت غریزی کم شود نشاید صحیح المزاج مدتی

بر غذای لطیف نماید مگر وقتی که در بدن امتلا یا بدن داند که مواد
فاسد در بدن او جمع شده و مانع اسهال و دفع ماده باشد این هنگام
توسع در غذای لطیف محمود نماید تا مادهٔ فاسد بتحلیل رود و بدل آن
غذای محمود به بدن رسد متفرقات از احکام غذا چون خواهند که خواب
رود هضم شود اول بر دست راست تکیه کند تا طعام بقعر معده رسد چه
قعر معده بجانب راست مایلست بعد از آن بجانب چپ نقل کند تا جگر بر معده
مشتمل شود و بر جانب خواب بسیار کند تا غذا هضم تمام یابد و دیگر بجانب
راست نقل کند تا غذا از معده زود تر انحدار یابد و بهتر آنکه در وقت
طعام خوردن از عوارض نفسانی دور باید بود تا طبیعت از هضم باز نماند
و در میان طعام آب نباید خوردن که غذا را متفرق سازد و حایل گردد
میان معده و غذا و چون طعام در معده قرار گیرد بسیار هضم کند آب شربتی
مرد آنقدر که از برای نجتن غذا کافی باشد بیاشامد و در مبحث آب
باقی تدبیرات خوردن مذکور خواهد شد و تدبیر غذا بحسب اعضا
نیز واجبست گاه باشد که در بعضی از اعضا استعداد آفتی باشد استعمال
غذا مناسب آن آفت باید نمود و از مضر اجتناب باید کرد مثلا اگر کسی
درد سر داشته باشد از غذاهای بخور اجتناب کند و همچنین هر کرا معده
ضعیف و سست باشد از غذاهای نم کننده مثل کنجد و روغن و چربها
اجتناب کند و بدین قیاس در دیگر اعضا و هر غذائی مضرتی دارد بحسب
طعم غالب اصلاح بنقیض باید کرد غذای تفه چون خربزه موجب کسالت و ضعف

اشتها باشد و بقی بود و ترش لاغری و ضعف و خشکی آورد و با عصاب
مضرات رساند و شیرین اشتها ساقط سازد و تب آورد و شور لاغری
و خشکی احداث کند مضرات تفه به شور و تیز دفع کنند و بالعکس و مضرات
شیرین بترش دفع کنند و بالعکس و هرچه اصلاح غذائی کند بشرابست
در لذات و مزه نیز بیفزاید چنانچه طعم چنان بهتر زیاده شود و گل فلفل
و ترش بشیرین و علی هذا القیاس و اصلاح و تدبیر هر یکی از اغذیه مفرده
در محل خود مذکور خواهد شد جمله دوم در چیزهائی که اهل تجربه منع جمع
آن نموده اند و دلیلی بر آن نگفته بعضی تجویز جمع میان جمیع اغذیه جایز
داشته اند و منع منع نموده گفته اند که غذای ثانی یا موافق غذای
اولست در کیفیت یا مخالف اوست بر تقدیر اول حکم آن دارد که در یک غذا
اکثار نموده باشد و بر تقدیر ثانی کل واحد مصلح دیگریست و بطلان این
سخن ظاهر است برای آنکه شاید که بالخاصیت جمع بین الغذائین مضر باشد
نه بکیفیت و احتمال تجربه معلوم شود نه قیاس و اهل تجربه گفته اند میان شیر
و [illegible] یا ترشیها جمع نکنند تا بجدی که منع کرده اند جمع نمودن میان [illegible]
و آش [illegible] گفته اند که موجب امراض مزمن است مثل جذام نعوذ بالله و
[illegible] که آن اینست که بینید بر بالای بیخ [illegible]
هریسه منع کرده اند اما گفته اند که آنچه ممنوع است ترتیب و تعقیب مذکور است
نه مطلق جمع و شیخ تصریح نماید که بعضی گمان برده اند که [illegible] بیان خوردن
نامناسبت و چنان نیست بلکه بغایت مذموم است و همچنین پنیر بر بالای کله

بدست و برنج با سرکه بباید خوردن و گفته‌اند میان تخم مرغ و ماهی جمع
نکنند که موجب قولنج و بواسیر و فالج و درد دندانست و همچنین ماهی با شیر
نخورند که موجب جذام است و ماست با ترب نخورند و بعضی نسخ نوشته که
ماست با پنیر ممنوع است و نمکسود و پنیر تر و شیر با هیچ میوه نباید خوردن
و جمع نمودن میان آش سرکه و آش غوره و ماهی شور و گوشت نمکسود ممنوع
است و گوشت قدید و گوشت تازه با یکدیگر خوردن ممنوع است گفته‌اند که
سماق و سرکه با هم نخورند و جمع میان ترش نیز نکنند و گوشت مرغ با ماست
نخورند که مولد جذام است و رازی در کتاب دفع مضار اغذیه گوید که میان
گوشت مرغ و ماست جمع نکنند که خوردن آن قولنج صعب باشد و همچنین با
هم خوردن مرغ و پنیر ممنوع است زیرا موجب عسر هضم است در غایت و کبوتر
بچه با پیاز و سیر و خردل نخورند و همچنین جمع عسل و خربزه ممنوع است
و همچنین خوردن فندق و بادام با هم ممنوع است و همچنین پیاز و سیر با هم خوردن
ممنوع است و بسیار خوردن پیاز و سیر تر ممنوع است و مداومت تخم مرغ کلف
آورد و کباب که بر آتش چوب خرزهره که آنرا دفلی گویند و چوب بجیر و چوب
بید انجیر کرده باشند نباید خورد و در کتاب تقویم الصحة مسطور است
کردن یکی و نیز میان دو حار مثل کبوتر بچه و پیاز و ثوم و میان دو بارد
مثل مضیره و مصلیه و میان دو لزج مثل پنیر و ماهی تازه و میان دو سریع
الاستحاله مثل زردالو و خربزه و میان دو منفخ چون بقولات و فواکه و میان
دو قابض چون حصرم و سماقیه و میان دو غلیظ مثل نمکسود و پنیر عتیق

و میان دو مرخی مثل تخم و شحم جمع نکنند که جمع جمیع اینها مضر است
خصوصاً که یکی با دیگری بی تفاوت از حد سازند و همچنین اجتناب کنند
از آب گرم و حلوا بعد از شیربا و غذای شور و آب سرد بعد از این نوع طعام
گرم و حلوا و طعام که ذوق بریان بر آن نشسته باشد و از این نوع صحن و طعام مانده
کهنه و جلغوزه و هرچه نفس از آن ابا کند احتراز کنند و اصحاب قولنج را
از قوابض منع کنند و مشایخ و ناقه را از گوشتهای غلیظ منع کنند و من
جماعتی دیدم که میان قوابض جمع کرده در ساعت قولنج عارض شدند و نیز
من دیدم شخصی را که میان سیر و پیاز جمع کرد در حال چشم او ضعیف شد
و سنان میگوید که دو طعام مألوف هست که عادت بجمع آن جاری نشده
اگر جمع کرده کشنده باشد و من جهت شفقت خلق با فرزندان خود میگویم و
همچنین احتراز باید کرد از خوردن سرکه و دوغ از ظروف مس تخصیص
که در آن زمانها مانده باشد و همچنین اجتناب کنند از طعام گرم که در شیشه و ظرف
مس نهاده باشند و از طعامی که در سر آب و جای نمناک نهاده باشند
بتخصیص ماهی تازه پخته و در بحث ماهی تفصیل این بیاید که همیشه حکما گفته‌اند
که مداومت بر خوردن آب از ظروف مس خصوصاً که ملوث بترشی
باشد موجب سبب داء الفیل و سرطان و درد جگر و درد سر و فساد مزاج
است نیز نماید که البته حذر کنند از اکل و شرب از ظروف مس و گذاشتن
چیزهای شور و تلخ و چرب مثل روغن و غیرها و گوشتها و چیزهای ترش یا شیرین
در ظروف مس که از ماندن آن طعم مذکور در ظرف زنگاری پیدا میشود

و تمیز حاصل نگردد و چیزهای شیرین از عقب و مجامعت نخورند که کلفت و جرب
می آورد فصل دوم در مشروب و آن مشتمل بر سه جمله است جمله اول در بیان
احتیاج آدمی با آب صافی و اصناف آبها محقق بباشد که احتیاج آدمی و
حیوانات بآب از برای تغذیه نیست بایمعنی که تنها غذا شود چرا که آب
بسیط است و بدن مرکب و غذا شبیه بمغتذی باید بلکه احتیاج بآب از
چند جهت است یکی آنکه غذا جسمی کثیف است و در رگهای باریک نمیتواند
گذشتن ناچار است از آنکه مرقق مثل آب با آن مخلوط شود و او را از رگهای
تنگ بگذراند دوم آنکه غذا چون در معده هضم میشود اگر آب با آن مخلوط نگردد
محترق شود و بخشکی بیاید چنانچه در خارج مشاهده میشود که گوشت و دیگر
چیزها بی آب نمی پزد بلکه کباب بریان میشود سیوم آنکه دائما رطوبات بدن
بجهة حرکات ضروری و دیگر سخونات در تحلیل رفتن است پس ناچار است
از رطوبتی که تدارک آن نماید و آب بهترین چیزهاست از برای نگاه داشتن
رطوبات بدن و آب دو قسم است جید و ردی جید آنست که متصف بصفات
دوازده گانه باشد اول آنکه آب چشمه باشد یا آب باران دوم آنکه زمینی که
بر آن میگذرد گلی سیاه و شوره زار و معدنی نباشد سیوم آنکه روان و
متحرک باشد نه ایستاده و ساکن چهارم آنکه ظاهر آن گشاده باشد و آفتاب
بر آن تابد و باد بر آن وزد خصوصا باد شمال و مشرق پنجم آنکه بیابان باشد
و هرچه با آن مخلوط شود بزودی مستحیل تواند ساختن ششم آنکه شدید الجری که
نشیب باشد هفتم آنکه از جانب مشرق تا شمال گذرد هشتم آنکه از بلندی

به پستی ریزد نهم آنکه منبعش دور باشد دهم آنکه وزن او سبک باشد
یازدهم آنکه زود سرد شود و زود گرم گردد و لازم است که در زمستان گرم
باشد و در تابستان کم و آب چشمه که بر عکس اینست نه از بدی جوهر اوست بلکه
بجهة امری دیگر است که بعد از این بیان شود دوازدهم آنکه طعم او شیرین باشد
چون جمیع این خصال در آب باشد متصف بود بجمیع صفات محموده و بقدر
نقصان در این صفتها در خوبی ناقص بود و آب غیر محمود آنست که متصف
نباشد باوصاف مذکوره با این حال اگر طعم غریب و رنگ بد و رایحه کریه داشته
باشد و اجسام غریب در وی آن مجتمع شود و متعفن گردد و حیوانات کرمی مثل
علق در آن باشد در غایت رداءت بود و حق آنست که آب منقسم بسه قسم است
جید که متصف بصفات محموده مذکوره باشد و خالی باشد از صفات مذمومه
غیر جید که از صفات محموده خالی بود و متصف بصفات ردیه نباشد ردی
که از صفات محموده خالی باشد و متصف بصفات ردیه اما اصناف آبها آب
باران بهترین آبهاست مادام که تغییر نیافته باشد و متعفن نشده زود
از مدت گذرد بقراط در کتاب اهویه و میاه میگوید ماء المطر اجود المیاه و اخفها
و انداها و اعذبها و الطفها بهترین باران نزد ابو سهل مسیحی باران نیسان است
بجهة صفای هوا در زمستان و پاکی آن از غبار و کدورت و لطافت بخاری
که ماده باران است و نزد شیخ الرئیس باران تابستانی بهتر است خصوصا
که با رعد باشد و بادهای تند یا ابر باشد و باران بهار متوسط باشد
و بارانی که باهستگی آید لطیف تر است و آب باران چون متعفن شود بیشتر

و آب ان مضرّاست که زود نقل آبها ان احداث کند و اگر خواهند که زود متعفن
نشود مبادرت نمایند در نوشیدن آن که دیرتر متغیر گردد و چون متغیر گردد بجوشانند
تا دافع مضرات آن نمایند آب چشمه در جودت بعد از آب باران است و نشانه خوبی
آب چشمه آنست که سفید و براق و درخش باشد و اگر از جانب مشرق بیرون آید
بهتر بود و بعد از مشرقی شمالی است و آنچه از گل بیرون آید بهتر از آنست که از سنگ
بیرون آید و آنچه بگل گذرد بهتر از آنست که بسنگ گذرد برای آنکه گل بجهت
امتزاج با آب و رسوب هرچه با آب مخلوط باشد بمصاحبت خود بر زمین نشاند
اما باید که گل پاک باشد شوره زار و گلهای سیاه و معدنی نباشد و اگر بسنگ
گذرد دیرتر متعفن شود و آب چشمه بهتر آنست که روان باشد و مجرای آن
گشاده و از مشرقی بشمالی گذرد و اگر از مغرب بجنوب رود بد باشد بتخصیص
در بلدی که باد جنوب و مغرب بسیار وزد و آب چشمه را از سر چشمه بر نباید
داشت که حکم آب ایستاده دارد بلکه هرچند حرکت بیشتر کند بیشتر رود بهتر باشد
و آب چشمه در زمستان گرم باشد و در تابستان سرد و این علامت حرارت
نیست بلکه سبب آن احتقان و اجتماع بخارات و حرارتست در باطن زمین در
زمستان و توجه حرارت ظاهر زمین در تابستان و اگر آب چشمه یا غیر آب چشمه
ساکن باشد و در یک محل ایستاده بهتر آنست که پوشیده باشد و آفتاب بر آن نتابد
و اجزاء لطیف را تحلیل برد که اجزاء کثیف غلیظ بماند و اگر روان باشد
گشاده و نیکوتر باشد آب نهر بعد از آب چشمه است در خوبی بجای آنکه
آب نهر بقوت خود بیرون نیامده مثل آب چشمه بلکه بحیله بیرون آورده‌اند

و در منافذ زمین بسیار مانده و آب نهر هرچند بیشتر رود بهتر باشد
بهتر بود بجهت آنکه لطیف گردد آب چاه بهتر از آب کاریز است برای آنکه
مجاری آب کاریز بصنعت و حیله بیرون آمده و در منافذ زمین مدتی
محبوس مانده و آب چاه نیز بهمانست با زیادتی برودت که از عدم جریان
و حرکتست و بهتر آنست که آب از چاه بسیار کشند تا تحریک زیاده گردد
بلکه آب از چاه بمنزله جریان اوست و هرچند بیشتر کشند لطیف‌تر
شود و آب چاه سرد که در شهر قم و بعضی بلاد متعارفست که آب روان
در وقت زمستان بچاه سر دهند تا در زمین فرو رود و در زمانه
زمین محبوس مانده و در وقت تابستان ترشح کند و آب سرد بیرون آید
قیاس مقتضی آنست که میان آب چاه و آب روان باشد لیکن برودت
دیگر دارد و آنست که اهل تجربه منع نموده اند جمع کردن میان آب چاه
و آب روان و این آب چاه مرکب از آن دو آبست هرچند ممنوع عنه
آنست که تا یکی از معده نگذرد دیگری وارد نسازد آب نز بهتر از آب
چاه است و آن آبیست که از زمین بر آید و در گودها مجتمع شود و بماند
و بعضی این آب بنفسه بجهت بیماری ماده است و بیشتر آنست که دیر
نشست فاسد میشود و آفتاب نیز در غلظ و فساد او بیفزاید
آب ایستاده بطالاب و جاهای که در گودها بستان جمع شود مدتی
بماند ثقیل و غلیظ و فاسد باشد و در زمستان بجهت انکه یخ بندد
غلظ او زیاده گردد و تولید بلغم کند و در تابستان بسیار گرم شود

صفرا و تبهای عفنی نافع کند و مداومت آب بطائحی و آجامی سختی سپرز و
لاغری بدن و تنگی پشت شکم و سختی احشا تولد کند و بواسیر و جذام و جنون
و اورام و استسقا از آن پیدا شود و خوردن آب بطائحی و آجامی تشنگی را تسکین
ندهد بلکه زیاده گرداند بواسطهٔ تشدید مجاری اما اشتهای طعام زیاده سازد
و شهوت طعام که از این آبها پیدا شود نشان جودت آن نیست بلکه جهت آنست
که سودا تولد میکند و سودا باعث آب علقی که بعربی ماء اجسام غلیظ نگون
شود و علق در آن بسیار باشد نشان غلظ و رداءت جوهر آب باشد و سماک
سرطان و ماهی و حیوانات غیر سمی در آن یافت شود نیکو باشد زیرا که این
حیوانات از مختلطات با آب غذا ساخته و آب را خالص کرده اند آب تیره
کثیف شده و سنگ کرده و ریگ شاید تولد کند صاحب اسهال از آن اندک
نفع یابد آبهای معدنی در مزاج و اثر تبع معدنی است که منبع آن آب
باشد و مجموع آبهای معدنی بد باشد اکثر قبض شکم و حبس بول و قولنج
آورد و بعضی شکم را نرم سازد و سبب اسهال و پیچ شوند و مناسب اصحاب یبست
و بهتر از جمیع آبهای معدنی آب ذهبی و فضی است که از معدن طلا و
نقره آید تقویت دل و حرارت غریزی دارد با لیخولیا و توحش و خفقان نافع
است قبض شکم و حبس بول مثل دیگر آبهای معدنی دارد آب رصاصی حبس
بول و قبض تام دارد و قولنج صعب آورد بلغمیات و ... تدارک کند
آب حدیدی قوت شهوانی و باه و احشا و دل و جگر را قوت دهد و شجاعت
آورد و ورم سپرز و معده نیکو سازد باسهال و ذرب مفید باشد و

نشستن موی با آب حدیدی از ریختن منع دارد آب نحاسی با استسقا نافع است
دهن و ... گوش و چشم و احشاء ضعیف و صاحب بواسیر و امراض باشد مناسب
اصحاب ... آورد آب نوشادری شکم نرم کند هم خوردن و هم در آن نشستن
... اصلاح باید کرد آب بورقی ... تخفیف کند و در آن نشستن بتقلیب
معده نفع رساند بدر زدن حیض و اسقاط و بواسیر فایده دهد مناسب ... تخصیص
در صفراوی مزاج آب ... و بنظرونی به شش و معده که رطوبت بسیار داشته
باشد فایده دهد شکم نرم سازد آب کبریتی بلغم را کم و خشک سازد به درد
بارد و جرب و حکه نفع رساند و جرب و خاریدن اعضا را مفید باشد خوردن
و ... در آن نشستن و امراض ... را فایده دهد آب زفت و آب
قیر مثل آب ... است بلکه ... در امراض ... بیشتر است جرب و عصب را گرم
سازد آب شور و آب دریا اول شکم را ... و چون مدتی بگذرد شکم ببندد
بدن را لاغر و نحیف گرداند و خون را فاسد سازد خوردن آن جرب و خاریدن
آورد و آب از جهت کیفیت عارضی در بدن اثر دارد و کیفیت عارضی آب
یا برودت است یا حرارت برودت عارضی آب یا مکتسب از اختلاط جسمی دیگر است
مثل برف و یخ یا غیر آنست و هر یکی را حکمی است آب یخ و برف و آن بر دو وجه است
یکی آنکه یخ و برف بگدازند و آب شود دیگر آنست که آب را بآن سرد سازند
و هر یکی را حکمی است آب برف بهتر آنست که آن آب از ابر صافی باشد که بر کوه یا سنگستان
و زمینهای صلب نشسته باشد و آب یخ بهتر آنست که از یخی باشد که از
آب شیرین پاکیزه منجمد شده باشد و آب که از گداختن یخ و برف حاصل

شود غلیظ باشد هرچند یخ از آب نیکو بسته باشد برای آنکه بواسطه جمود
غلظ در وی پیدا شده و لطیف او بتحلیل رفته لهذا آب یخ شده چون
گداخته شود مقدارش کمتر از اول باشد و آب برف و یخ عصب و اعضای
عصبانی مضر بود جگر و معده را سرد سازد بتخصیص که مزاج این اعضا در اصل
خلقت سرد باشد که این شخص را از آب بغایت سرد احتراز باید کرد و همچنین
مفاصل و عضلات و نخاع و دماغ و عظام و دندان را مضرت رساند و بعد از
جماع و حرکت عنیف و حمام احتراز از آب برف و یخ باید نمود و گفته اند تشنگی
که در شب واقع شود آب برف و یخ دفع نکند مگر هنگامی که گرم شود خورده باشند
که اندکی اندک آشامیدن مضرت زیاده نکند و اگر این مضار در جوانی ظاهر
نشود پس کهولت و پیری ضامن تولد آنست و آب برف تشنگی آورد و وجه آن
گفته اند که بخاری که ماده تکون برف است در وی باقیست و آبی که بیخ سرد
ساخته باشد بعد از طعام شهوت غذا زیاده سازد و بمدد هضم شود اما بقدر
اعتدال باید باهستگی تجرع باید نمود و اگر آب فاسد باشد و حفظ از
آن ناچار شود یخ یا برف پاکیزه در آب انداختن بهتر از آنست که از بیرون
آب را بآن سرد سازند تا باختلاط آب حاصل از برف کیفیت اصلاح یابد
آب سرد بنفسه چون در مقدار معتدل باشد و در وقت لایق وارد بدن گردد
موافق اصحا باشد معده را قوی گرداند و بمدد هضم شود و اشتهاء طعام آورد
بتخصیص در معده گرم و اگر سردی آب بافراط باشد مضار آب یخ از آن حاصل
گردد و بدماغ و نخاع و عصب و اعضای عصبانی و مفاصل و معده ضعیف

که مزاجش سرد باشد و جگر سرد تمام مضر بود بتخصیص در ایام طفولیت و کهولت
اما جوانان تحمل آن دارند خصوصا که معده و جگر ایشان گرم باشد و همچنین
جزهای گرم و بیند معتاد باشند آب گرم که با آتش گرم سازند یا بحرارت
آفتاب گرم شده باشد معده را سست کرده اند و هضم فاسد سازد و آب نیم گرم
غثیان آورد و اگر بحرارت مایل باشد چون برخلای معده وارد شود معده را
از فضلات و بلغم پاک سازد و شکم نرم کرده اند اما مداومت بر آن سستی معده
آورد و چون خواهند که نفع بدو که از آن یابند مصطکی در آب جوشانند
و بخلا معده بیاشامند و در زمستان بعضی اوقات اگر صباح یک پیاله
آب گرم خورند معده را از اخلاط و فضلات پاک سازد و گفته اند که رقت و
گفته اند که اگر آبی که در آفتاب گرم شده باشد غسل بدن کنند برص آورد
و لهذا در شریعت مذموم و مکروه است و آب بیار گرم قولنج بگشاید و نفخ بکند
و درد ها ساکن گرداند و اخلاط از سینه برآرد و باصحاب صرع و مالیخولیا
و درد سر بلغمی بارد و مهد و جوشش حلق و دندان و ورم بن گوش و نزله
و مواد سینه تمام نافعست و برای بعض باید حمله دوم در دانستن آبها
نیک بدان که فرق ای میان اصلاح آبهای فاسد اما میزان آب چون خواهند
که بدانند کدام آب سبکتر است و کدام سنگین تر بچند وجه معلوم توان کرد
اول بکیال بآن طریق که طن فی در یکجا از دو آب پر سازند و بکشند
هر کدام که سبکتر باشد لطیفترست و بهترست دوم اگر دو پارچه که
متساوی الوزن باشند از دو آب تر سازند و بکشند اند که در یکجا خشک

موقت آبها

خشک کرده و جان تمام پیدا کند بعد از آن بکشند هر چند که سبک‌تر باشد
آب او لطیف‌تر بود سیوم اگر شخصی چند روز بعد از یک نوع طعام از یک آب
بخورد و چند روز دیگر بعد از همان طعام از آب دیگر بخورد از هر کدام که در
معده ثقل کمتر یابد و هضم غذا بهتر بود نیکوتر و لطیف‌تر باشد و تحقیق یکسال
بصحت از همه نزدیکتر است اما اصلاح آبها بچند نوع توان کردن یکی به تصعید
و آب غلیظ و تلخ و شور و مانند آن چون تصعید کنند آب صافی لطیف حاصل
شود بجای آنکه در تصعید اجزای لطیف‌تر است او را متصاعد شود و معلوم است که اجزای
مائی از ارضی لطیف‌تر است و اهل کشتی را چون آب شیرین کم شود آب شور دریا را
به تصعید شیرین سازند دوم آنکه بطبخ اصلاح کنند شیخ رئیس فرماید که بعضی جهال
گمان برده‌اند که طبخ آب موجب غلظ آب میشود و آن غلط است بلکه آب متشابه
الاجزا است که فرقش یا بجهت جوهر و سبکی باشد یا بجهت امتزاج اجزای ارضی
که جوهر آب را غلیظ سازد و طبخ هر دو را زایل گرداند وجه اول ظاهر است
و وجه دوم آنست که اجزای ارضی مخلوط با آب گشته‌اند که حرق آب کشته و
نشیند و آب صافی و لطیف بماند و طبخ اجزای آب را تفریق کند تا اجزای
ارضی بهتر راسب شود و آب خالص باقی ماند از جهت آنکه آب کم رسوب چون طبخ
نمایند رسوب او بیشتر شود و آب شور را هم به آبهای شیرین اصلاح کنند که شرح
مخلوط سازند و چند نوبت صاف کنند و بعد از آن و غذای حب بیل کنند و
گفته‌اند که سکنجبین یا سرکه اصلاح آن کنند و تا بعضی دوا انداخته‌اند که منع
اسهال کنند آب غلیظ را چنان صاف کنند که کاهی را بزعفران حل کرده

یا به آتش در آب کرده الکده کنند و آب غلیظ را با آن صاف سازند و
لطفات و مفتحات بعد از آن میل کنند و سیر و پیاز خصوصاً مخلل غذا است
رستاق هم آبهاء فاسد را و بیابانست آب تلخ را باجزاء حب مرشن اصلاح
کنند آب متعفن را برتب فواکه ممزوج سازند بجزای کم مغذا ای کم با آن بخورند
که سبب بیابانی عفونت نشود و اگر آب کیفیت فاسد مضره داشته باشد گفته‌اند که
نخود را در آن آب بریزند و صاف کنند جمله سیوم در تدبیر شراب بعد از آبها
برای صحیح المزاج در کیفیت خوردن آن باید که در سردی با فراط نباشد بهنگام خوردن
الامزی آن متضرر نشود چرا که آب بغایت سرد حرارت معده را بکشد و رسانند و دماغ
و عصب را و اعضای عصبانی را مضرت رسانند چنانچه گذشت بلکه باید که از اعتدال
بجانب سردی مایل باشد آنقدر که نفس از خوردن آن راحت یابد و تسکین
حرارت معده را حکم نماید و اندکی از آن جهت تسکین تشنگی کافی باشد و اگر آب
بقدر لایق سرد نباشد به برف و یخ از برای آن سرد سازند خصوصاً که برف و یخ
نیکو نباشد و گفته‌اند چون یخ از آب نیکو منجمد شده باشد هر دو را بی کیفیت
بحق آنست که انبار کردن سرد کردن بهتر است هر چند که یخ از آب جید منجمد شده
باشد برای آنکه هر چه از یخ بگداخته باب مخلوط شود بد و غلیظ آب مثقل باشد
کمی آنکه بد باشد که این هنگام آب حاصل ابرف و یخ اصلاح آن
کند چنانچه گذشت و از مداومت آب برف و یخ مضرتهای عظیم ظاهر شود
اعصاب را و اعضای عصبانی را از آن زیان کلی رسد و چون خوردن آب
سرد را با یخ به سبب ضرورت شود برای بالای طعام خورند و با آهستگی باشامند

که این هنگام در هضم شود و معده را جمع سازد و قوت دهد بشرطی که مزاج
معده در اصل سرد نباشد و تغیر بکیفیات فساد طعام کرده که بوده آب بسیار
سرد بصلاح آورده و آنجا که حاجت در هضم طعام آن وقت باید آشامید که حرارت
معده قوت گرفته باشد به طعام مشغول شده و در وسط طعام و بعد از آن بی مهلتی
آب خوردن سبب خامی غذا شود و در میان غذا بدی آن بیشتر است مگر کسی که
معده او گرم که این شخص از خوردن آب در میان غذا نفع یابد و اشتهای او
زیاده گردد و بر خلاف معده آب خوردن بسیار بد است و همچنین بعد از حرکت
خصوصا مباشرت و در حمام آب بسیار سرد آشامیدن بغایت بد است و این
فقیر شخصی را دید که از حمام بیرون آمده بود و آب سرد شده آشامید و در
حال اعصاب او ضعف یافت و تشنج کرد و بمعالجات اصلاح نیافت و هلاک
شد و اگر بر تشنگی صبر نتوانند کرد از کثرت سوزش بطریق امتصاص اندک اندک
بیاشامد بلکه در جمیع اوقات آب را بآهستگی و تدریج باید خوردن و آب
خوردن در وقت عدم تشنگی مضر است دماغ را سرد و سست سازد و زکام آرد
و تشنگی کاذب را که از بلغم شور باشد بآب خوردن دفع نکند که موجب
زیادتی تشنگی شود بلکه صبر بر تشنگی بهترین علاجها است و همچنین خواب
کردن آن بلغم را تحلیل دهد و بعد مزاج را اصلاح تشنگی صبر باید کرد
که مضر است یا بجز بعضی اطباء در تدبیر شرب باین اکتفا کرده گفته اند
که اما الماء فی دفع العطش کی یابد بر این طایفه است باب سیوم در
خواب و بیداری مشتمل است بر دو جمله جمله اول در حقیقت خواب و بیداری

بیان حاجت و منافع [illegible] در بدن خواب عبارتست از باز گشتن حرارت
غریزی و ارواح از ظاهر بدن بباطن از برای هضم غذا و استراحت قوی
و بعضی تعریف خواب چنین کرده اند النوم ترک النفس استعمال الحواس طلبا للاجمام
او للهضم و بیداری نقیض آنست و خواب دو قسمست طبیعی و غیر طبیعی و طبیعی
بر دو قسم است طبیعی علی الاطلاق و طبیعی لا علی الاطلاق و طبیعی علی الاطلاق خوابیست
که جهت هضم غذا و نضج مواد و استفراغ طبیعی باشد و طبیعی لا علی الاطلاق خوابیست
که از برای فرط تحلیل و استفراغ غیر طبیعی واقع شود و فرق میان این دو نوع
آنست که اول از برای تحلیل طبیعی است مثل طلب بدن صحیح غذا را بجهت بدل
ما یتحلل و دوم از برای طلب بدل تحلیل غیر طبیعی است مثل طلب بدن صاحب
اسهال غذا را و خواب غیر طبیعی سباتست و بیداری غیر طبیعی سهر و وجه
احتیاج مردم به بیداری ظاهر است که افعال و اعمال ضروری میسر نیست
الا در بیداری و وجه احتیاج بخواب آنست که ارواح بجهت لطافت و حرارت
تحلیل میروند اگر بیداری از حد طبیعی بگذرد تحلیل بسیار شود و بدل ما یتحلل
کم رسد و ارواح بالتمام بتحلیل رود پس ناچار است که ارواح را از تحلیل
مدتی نگاه دارند تا بدل ما یتحلل برسد و این میسر نشود الا که روح از خارج
میل بباطن کند و مجتمع شود تا قوت گیرد و خواب عبارتست از اجتماع ارواح
در باطن بدن و فایده دیگر دارد و آن مدد هضم است تا غذا بهتر
هضم شود و چون در وقت خواب کردن ارواح در باطن مجتمع میشود و ظاهر
بدن در سکون میماند در زمان خواب کردن احتیاج بپوشش زیاده میشود

سبب خواب طبیعی بخار معتدل رطب عذب است که بدماغ رسد و بارواح
ممزوج گردد آلات را سست کرداند و روح را از خروج و ظهور بآلات شایع
مانع شود از بهجت بعد از خوردن غذا خواب آید و در خواب جمیع قوی ظاهری
مثل شنیدن و بوییدن از فعل خود باز مانند اما قوی طبیعی و حیوانی که افعال
آن در وقت خواب نیز ضروری باشد مثل هضم و امساک و جذب و دفع
همچنان مشغول فعل خود باشند و بعضی افعال نفسانی ضروریه در بیداری چون
مثل تنفس از حال طبیعی خود باز نمانند و تاثیر خواب در بدن مختلف شود
بحسب مقدار زمان و مقدار ماده در بدن و کیفیت ماده اما بحسب مقدار
چنان است که زمان خواب اگر از حد لایق زیاده شود قوتهای نفسانی
ضعیف و سست گردد و رطوبة و بلغم در بدن زیاده شود و حرارت غریزی
زبون گردد و اگر از حد معتدل لایق کمتر واقع شود طبیعت ضعیف شود
و قوتهای نفسانی و فتور و کلال پیدا کند و هضم ناقص شود بدن خشک
و لاغر گردد و چون زمان خواب بمقدار اعتدال باشد قوی طبیعی بتمام قوة
بکار هضم مشغول شود و بدن غذای نیکو یابد و ذهن صافی شود و حرارت
غریزی انتعاش یابد و نتایج را بسیار فایده دهد چنانچه از جالینوس
منقول است که هیچ گاه هوی نجنبد مگر بتانیه میخورده میگفته که ای
الان علی النوم حافظ شیخ در تفسیر این میفرماید که ای شیخ منفعی
ترطیب النوم و خواب سستی را عیار طرف سازد لهذا بعد از خواب
کلال و فتور کم شود و صفای خاطر و قوة اعضا بیشتر گردد اما تاثیر

خواب بحسب مقدار ماده در بدن و کیفیت ماده چنان است که خواب اگر خلطی
سنگین یا غذایی معتدل در بدن یابد آن را هضم کند و چون بتحلیل ساند د
و در حرارت غریزی و ارواح افزاید و بدن را گرم کرداند و اگر بر امتلا واقع
شود و در معده غذای خام عسر الهضم یا در بدن خلطی خام عاصی بر نضج
باشد حرارت بالکلیة جهت هضم بباطن متوجه شود و در تحت ماده غذائی و
خلطی بماند قریب بحالتی که در اول نوبهای تب ظاهر میشود پیدا شود
از لرز بیدن بشت و ضعف نبض و سقوط قوة و چون بر هضم و نضج آن قادر
نباشد آن ماده را بحرکت آورد و در بدن پراکنده سازد اگر آن خلط صفرایی گرم
باشد حرارت غریبه تولد کند و اگر بلغم باشد برودة بر ودة ظاهر شود
و اگر سودا باشد آثار سودا ظاهر گردد و اگر خواب بر خلای بدن واقع شود
بجهة افراط تحلیل ارواح سبب برودة شود و بدن ضعیف کرداند و چون
خواب معتدل باشد و بر غذای معتدل قابل هضم و نضج وارد شود سبب
راحة بدن و قوة هضم و آسایش قوی و کثرة روح و رطوبة بدن و فربهی
باشد و هر صحیح المزاج که در خواب بی سببی ظاهر از حرارت هوا و بسیاری
پوشش عرق کند سبب آن امتلای غذائی یا خلطی باشد و محتاج باستفراغ
باشد اما بیداری تاثیر او در بدن نقیض تاثیر خواب است قوی طبیعی
ضعیف سازد و قوی نفسانی و حواس و آلات حس و حرکة را تقویه کند
مادام که بافراط نرسد و چون بیداری بافراط انجامد اعضا و ماندگی آرد
و مزاج فاسد سازد و چشم مغاک رود و یبوست بدماغ مستولی کرداند و رماد

عقل و ضعف دماغ آورد و آن بنابر آنست که یبوست کرده ارواح را لاغر کند
و مواد محرق سازد امراض حاده و نزلات و افعال دماغی تولد کند بجهة نزول تحلیل
رطوبت بدن تحلیل اشیا آورد اما هضم ضعیف کرده اند و بالجمله خواب شبی که نخست
وبیداری شب بجای کند و تململ و آن حالتی است میان خواب و بیداری که نائم بر فراش
قرار نگیرد طبیعت را متحیر سازد که گاهی با فعال خواب مشغول گردد و گاهی بلوازم
بیداری توجه نماید هضم زبون شود و نفخ و ریاح افزون گردد چنانچه دوم در
تدبیر صحة بخواب و بیداری را بجا واجبست که چون وقت خواب آید بیداری اختیار
نکنند که سبب فساد دماغ شود و افاضل که جهة اشتغال مطالعه در شبها بیخوابی
بسیار میکنند اکثر ماخولیا و تفکرات فاسد و یبوست دماغ بسیار عارض
میشود و چون سودا بیبوست زیاده شد کل واحد ابتدائی سودا سبب
زیادتی دیگری میشود و چون طلب علم بی دود چراغ و دوام فکر میسر نیست
رعایة مزاج دماغ باید کرد و از استیلا یبوست نگاه باید داشت و روغن
بنفشه بادام و کدو عن که و بر سر دماغ باید مالید و در بینی باید چکانید
و خواب باید که عمیق و متصل المقدار باشد و مقدار معتدل آن قریب بهشت
ساعت است تمام آن در شب الا که عادت در روز که جهة مدد هضم طعام صباح
اختیار کرده اند گاه غذا که واقع نشده باشد جایز نیست که از برای احتراز
از تعب و چون غذا از قدر لایق بیشتر واقع شود در خواب نیز پا یار ترود
و بهترین اوقات جهة هضم طعام آنست که غذا از اعالی شکم گذشته باشد
و نفخ و قراقر کم شده بواسطه آنکه چون خواب بر امتلای معده واقع شود حرارت

بالکلیه بباطن میل کند و حالتی مثل تشنج ظاهر گردد چنانچه ذکر آن
گذشت و نیز امتلا بجهة کثرة ابخره و ریاح مانع اتصال خواب شود و تململ
حادث گردد و اگر طعام هنوز از اعالی معده نگذشته باشد و ندما چند
بر او و ند بعد از آن متوجه خواب شوند خصوصا که در اکل زیادتی واقع
شده باشد و خواب بر خلاء معده که گرسنگی مفهوم است قوة ساقط سازد و
ارواح تحلیل برد و بدن ضعیف کرده اند و خواب سبب عرق و متصل باشد
بجهة تاریکی و گرفتن ارواح از ظلمت خارجی بباطن بدن و بجهة برودت
هوا که مسامات بدن مسدود سازد و بجهة آنکه نفس از اعمال و اشغال یومی
باز ماند و باستراحت مایلست و بجهة نقص امور مذکوره خواب در عرق نباشد
سبب فساد و یکی و بحتی سهر و سستی عصب و ضعف شهوه و کاهل و بلادة
و بخ شود و قوی کی نفسانی ضعیف کرده اند و سبب امراض رطوبتی گردد مثل
تب و تهیها و اورام رطوبی و چون کسی بخواب روز معتاد شود ترک آن بتدریج
باید نمود و انفع هیات خواب جهة مدد هضم آنست که ابتدا بدست راست
تکیه کنند و بعد از ساعتی بدست چپ نقل نمایند و بجانب چپ آن مقدار توقف
کنند که هضم تمام شود بعد از آن بجانب راست تکیه کنند تا غذا بقعر معده
گذرد چنانچه گذشت و بر شکم خوابیدن حرارت غریزی جمع سازد و طعام
هضم شود لیکن چشم مضر است و همچنین بر پشت خوابیدن سبب بعضها شود
مثل سکته و فالج بواسطه آنکه مجاری فضول دماغ در بطن مقدم و از بطن
وسط مخلوق شده که مواد از آن در مجرای بر قمحدوه آید و از راه منخرین و حنک

دفع میشود این هنگام فضول دماغی بیشتر بر عضو دماغ میل میکند و در موضع دماغ
جمع میگردد و دفع فضول نمیشود و آن فضول یا در دماغ میماند یا بنخاع و مبدء اعصاب
میریزد سبب امراض دماغی و نخاعی و عصبی میشود و بر پشت خوابیدن کار ضعیفانست
که بعلوقت تحمل بدن ندارد و تحلیل که از حالتی میان خواب و بیداریست چنانچه
مذکور شد مذموم است و بحیز طبیعت باب چهارم در حرکت و سکون بدنی و مشتمل
بر سه جمله است جمله اول در بیان اقسام حرکت و انواع ریاضت حرکت را تعریف کرده اند
بخروج از قوت بفعل بسبیل تدریج و سکون را تعریف کرده اند بعدم حرکت از
شان چیزی که حرکت باشد و تعریفات دیگر نیز کرده اند و ظاهر آنست که حرکت از
هم ظاهرتر است و وجه احتیاج بحرکت آنست که چون غذا وارد بدن میشود تمام
آن جزو بدن نمیگردد بلکه از هر هضمی فضله و آنچه که در بدن باقی میماند چون
آن فضلات بمرور ایام مجتمع شد بکمیت و کیفیت ضرر میرساند و دفع آن بمسهلات
نمودن زیان بسیار دارد چه اکثر ادویه مسهله از سمیت و منافات طبیعت خالی نیست
و مع ذلک نافی دیگر دارد که بواسطه اکثر مسهل چنانکه خلط فاسد مضر دفع میکنند
صالح نافع را نیز می برد چنانچه بقراط میگوید که الدواء ینقی و ینکی و از افلاطون
منقولست شرب الدواء کسهم یرمی فی الظلمة فربما یخطی و ربما یصیب و ریاضت بهترین
سببی است در دفع جمع مواد و بدن و جالینوس در تدبیر صحت میگوید که منفعت
ریاضت بیشتر از منفعت غذا ملطف و ادویه مسهله است زیرا که دواء مسهل اعضا را
زبون میسازد و گوشت بدن را ناقص میکند و ریاضت تحلیل فضول می نماید
بالجمله اعضای مصون و دلیل تعیین صحت و قوت بدن اصحاب ریاضت و تعبیت

که اینجا هم یا اکثر دون غذا ملاحظه ندارند بلکه اکثر غذاهای غلیظ میخورند که تا مریض
میشود و جالینوس در کتاب اغذیه میگوید که هر که بریاضت قادر باشد پیش از
خوردن غذا احتیاج ندارد که در تدبیر غذا استقصا کند و ملاحظه تمام بجای آورد
اما صاحب راحت محتاج است بآنکه در تدبیر غذا ملاحظه تمام نماید و از چیزهای
بد احتراز کند و بدن را پاک کرده اند و چون حکما این فایده در حرکت و ریاضت یافتند
از برای حفظ صحت و انعاش حرارت غریزی و دفع ماده آن را اختیار کرده اند
و از اعراض مدبره شمرده اند و حرکت باعتبار کیفیت و کمیت به نه قسم منقسم میشود
زیرا که بحسب کیفیت یا شدید یا ضعیف یا معتدل باشد و بحسب کمیت کثیر یا قلیل
یا متوسط بود و از ضرب سه در سه نه حاصل شود و حقیقتا معتدل از مجموع را
حکما ریاضت نام نهاده اند و از برای حفظ صحت اختیار کرده اند و فعل ریاضت
در بدن بحسب اقسام مذکوره و بحسب مباشرة اعمال مختلف گردد مثلا منفعت
حمادی ریاضتی است که در بخش نه تخفیف افزاید و تصاریف ریاضی است
که از بخش نه حاصل از حرکت ریاضت کاهد و ترطیب کند اما تاثیر حرکت از
جهت کمیت و کیفیت آنست که حرکت شدید تحلیل بیش از تسخین کند و حرکت
ضعیف تحلیل کمتر کند و کثیر تحلیل بیشتر از تقلیل کند و بحسب ترکیب نیز مختلف
گردد مثلا حرکت قوی کثیر تحلیل و تسخین او زیاده باشد و قوی قلیل تسخین
او بیش از تحلیل باشد و کثیر ضعیف تحلیل او بیشتر از تسخین باشد و علی
هذا القیاس و فعل سکون نقیض فعل حرکت است تبرید و ترطیب کند و بلادة
ذهن و کسالت آورد و ریاضت را حکما تعریف کرده اند بحرکتی که مضطر شود آدمی

به تنفس عظیم متواتر و ریاضت چون بقدر اعتدال و در وقت لایق واقع شود
و دیگر تدابیر موافق باشد ایمن گردانند بدن را از جمیع امراض مادی و اکثر مزاجی
و حرارت غریزی را بیفزاید و مفاصل و رباطات محکم گرداند و بدن را مستعد
قبول غذا سازد و مجاری و مسامات بگشاید و فضول بدن را تنقیه سازد و بعرق
دفع کند و ریاضت بر دو قسم است خالص و غیر خالص خالص آنست که مقصود از
حرکت نفس ریاضت باشد و غیر خالص آنست که مقصود عملی از اعمال انسانی باشد مثل
پیشه کردن و حدادی و نجاری و دیگر صنعتها و دیگر و هر یکی از آن کلی و جزوی باشد
کلی آنست که تمام اعضا حرکت کنند چون کشتی گرفتن و مسابقه کردن و جزوی آنست
که عضوی مخصوص حرکت کند چون قراءة که ریاضت سینه است و دیدن خطهای باریک
که ریاضت چشم است چنانچه مذکور شد و هر یکی از آن قلیل و کثیر و معتدل و شدید
و ضعیف و متوسط باشد چنانچه گذشت این اقسام این اقسام ریاضت را بسیط گویند
و چون حرکت این اقسام مرکب شود آنرا ریاضت مرکب گویند و بعضی قسم ریاضت
با ماده می باشد و بی ماده می باشد با ماده مثل نجاری و بی ماده مثل کشتی گرفتن
و اول سه قسمست از برای آنکه از آن ماده یا موافق اثر ریاضت است یا مخالف او
یا نه موافق است و نه مخالف او مثل حدادی دویم مثل نجاری سیوم مثل کتابت
و اقسام ریاضت کلی در کتب طب بیان مذکور شده الخ با ارباب عزت مناسب نیست
در این رساله مذکور میگردد از آنجمله ریاضت ضعیف آهسته بزه بان بالا رفتن است
و در عماری نشستن از آن قوی قوی تر است و از ریاضت قویه کشتی گرفتن است
و دویدن و شمشیر بازی کردن و اسب دوانیدن و هر یکی از اینها ریاضت هر

و بدن نیست هر دو از ریاضت قویه میدانیه است که ریاضت کننده مسافتی معین
اختیار کند و از حدی معین ابتداء ریاضت و حرکت نماید و تا نهایتی معین
آهسته آهسته رود بعد از آن بپشت باز گردد و هر بار در رفتن و باز گشتن اندکی
از مسافت کم کند تا در میان میدان بایستد و در کشتی نشستن از ریاضت بسیار نافع
است امراض مزمنه مثل فالج و استسقا را زایل سازد و اخلاط بحرکت آورد و بعضی
دفع کند و تقویت معده نماید خصوصا که بمیان دریا در آید که این هنگام ریاضت
نفس و بدن هر دو باشد بجهت تبدل احوال از حصول امید و خوف و فتح و
حزن اما ریاضت جزوی که هر عضوی را ریاضتی مخصوص هست که چون بر وجه لایق
واقع شود تقویت آن عضو نماید تفکر و حفظ و تخیل دماغ را و قوتی مخصوص
باصره تقویت کند و خواندن خطهای باریک و نظر کردن بچیزهای براق
ریاضت چشم است و شنیدن نغمهای لذیذه ریاضت گوش است و ریاضت
لطیف است و شنیدن صوتهای عظیم ریاضت قوی گوش است و مضغ چیزهای
علک چسبنده مثل مصطکی و کندر ریاضت دهان و دندانست علی هذا
و ریاضت حلق و حنجره قراءة بالحان مختلفه است اول آهسته باید
خواند بعد از آن بتدریج بلند ساختن تا حدی که سبب درد سر نشود
و نفس نگاه داشتن و باز گذاشتن دم و آواز کشیدن ریاضت سینه است
سنگ و تیر انداختن و پنجه گرفتن ریاضت دست و بازوست و بسیاری الخ
و استلقا ریاضت پشت و سینه است و بر هیئتی نشستن با پیها را حرکت
دادن ریاضت ساق و قدم است و پیاده رفتن ریاضت پایی و تمام

بدنست وهر عضو که بریاضتی معتاد شود بر نوع آن ریاضت قادر گردد و همچنین هر
شخص هر ریاضت که عادت کند چنانچه قدرت پیک بر پیاده رفتن بیشتر از حمّال
است و قدرت حمّال بر بار برداشتن بیش از پیاده است بقراط گوید من اعتاد
تعبا ما وان کان شیئا ضعیفا فانه احمل له ممن لم یعتده وان کان شابا قویا
جمله دوم در تدبیر صحّت بریاضت وقت ریاضت آن زمانست که غذای شب
هضم معدی و عروقی یافته باشد وباعضا رسیده و وقت خوردن غذای
دیگر باشد و نشانه آن که هضم عروقی تمام شده آنست که رنگ بول اترجی باشد
یا اندکی از آن گذشته و قوام بول معتدل باشد واگر رنگ بول سفید باشد
دال بر آنست که هنوز هضم تمام نشده واگر صبغ بول زیاده باشد و بناریّه
مایل بود دلالت بر آن کند که مدتیست که در عروق غذا هضم شده و وقت
ریاضت پس هرگاه اعتدال قوام و اترجیّه لون در قاروره برسد وقت
ریاضت باشد فضله غذا سابق را دفع کند مرده و نشانده را از بدن قبول
پاک سازد و بعد ذلک استعداد چنانچه بعد ازین مذکور میشود مشغول گردد و
اگر بدن ممتلی نباشد و تشللات بیشتر بدستار نرم خرقهای خشن بدن را
بمالند و علی عباس در کامل الصناعه گوید که بعد از ذلک مذکور بدن را بروغن
موافق مزاج چرب سازند و بعضی بحجت روغن نکرده اند بجهت سدّ ید و
حق آنست که اگر روغن مفتح مثل روغن بابونه بمالند مسامات بگشاید و
عضلات را نرم کرده اند بحرکت متضرر نشود و بنیاد این ذلک بآهستگی
نماید و هرچند بریاضت تر دیگر شود در سرعت بیفزاید بتخصیص که مواد

غلیظ در بدن باشد بعد از آن بریاضت و حرکت مشغول گردد و در وقت
ریاضت چون حرارت در باطن مشتعل میگردد جای نداشته اند پیش از
ریاضت اندک غذای لطیف میل کنند تا قوی را از راح تحلیل نرود و بالتفصیل
این عنقریب بیان خواهد شد و ریاضت را باهستگی بنیاد کنند بتدریج
در سرعت وشدت بیفزاید بحسب اقتضاء وقت و مدت ریاضت بحسب امور
مختلف شود از آن جمله یکی غذاء مقدم بر ریاضتست اگر غذاء مقدم بوده
باشد یا بیشتر واقع شده باشد ریاضت بیش از اعتدال باید واگر غذا لطیف
واندک بوده باشد ریاضت کمتر از معتدل باید و از برای معتدل معتدل
دیگر وقت حاضر اگر هوا گرم و فصل تابستان باشد کمتر از معتدل باید واگر
سرد و فصل زمستان باشد زیاده از معتدل باید و از برای بهار معتدل دیگر
سحنه اگر بدن متخلخل باشد کمتر از معتدل و ضعیف باید واگر مستحصف و
ممتلی باشد بیشتر از معتدل باید دیگر مزاج اگر گرم باشد کمتر از معتدل و
اگر سرد باشد بیشتر از معتدل باید دیگر قوة بدن اگر قوی باشد بیشتر واگر
ضعیف باشد کمتر دیگر سن سنّ شباب کمتر باید و کهولت بیشتر و بدین قیاس
در باقی حالات و در مقدار زمان ریاضت سه چیز اعتبار باید کرد یکی رنگ
بدن دوم حرکت سیوم بر آمدن اعضا و آمدن عرق تا وقتی که رنگ سرخ شود
و حرکات با نشاط باشد و بدن بر آید و منتفخ گردد و همچنین وقت ریاضتست
همین این حالات رو بنقصان نهد و عرق زیاده گردد و میلان کند
وقت ترک ریاضت باشد این هنگام ترک ریاضت باید کرد تا اعیا پیدا

نشود چنانچه بقراط گوید کل حرکة یحرکها البدن فالراحة عنها حین ینتهی
الی الاعیاء یمنعه من ان یحدث به الاعیاء و اگر ریاضت درین وقت قطع کند
اعیا پیدا شود و رطوبات بدن زیاده بتحلیل رود و خشکی بدن و ضعف آورد
باید دانست که در ریاضت دو نوع عرق می باشد اول عرقیست که در اول
ریاضت واقع شود و رطوبات و مواد که در تحت جلد باشد بعرق دفع شود
دوم عرقیست که در آخر ریاضت واقع میشود و بخارات که از باطن بدن بر می
خیزد و بظاهر میرسد برطوبة تحلیل میکند و سیلان میکند چون باین وقت
رسد ریاضت بغایت رسید ترک آن واجبست و چون خواهد که ریاضت ترک
کند باهستگی کم سازد و از ریاضت بتدریج فارغ شود بعد از ان بدن را
بدهن مرطب چرب نماید و بدلک و مالش مشغول گردد و این را دلک
استرداد گویند که جهت باز آوردن قوتست و تفصیل ذلک بعد این مذکور
خواهد شد چون از دلک فارغ شود بحمام رود و بعد از حمام اندکی استراحت
نماید و بعد از خوردن مشغول گردد و وقت ریاضت معتدل ترین اوقات
روز باید در تابستان صباح اختیار کند و چون شب کوتاه است و هضم
ضعیف احتیاج بان ندارد که پیش از ریاضت غذای وارد معده سازد مگر
اگر ریاضت بسیار قوی باشد که آن هنگام آن غذای لطیف اندکی باید
خورد و در بهار قریب بنصف النهار اختیار کند و چون هضم در بهار
قوی است پیش از ریاضت غذای لطیف اندکی بخورد تا حرارت غریزی
حدت پیدا نکند و ارواح و قوی بتحلیل نروند بلکه حرارة مشغول غذا گردد

و هضم آن کند و در زمستان نصف النهار بهترست در خانه گرم و چون هضم
در بهار و قوی ترست و شب دراز تر غذای آن غلیظتر باید علی الخصوص
که ریاضت قوی باشد و پائیز قریب به بهار است غایة الامر قوة دو
فصل بهار نیست پیش از ریاضت غذای تمام نباید خوردن و بر امتلا
ریاضت جایز نیست بجهة آنکه غذا را پیش از تمامی هضم از معده بیرون برد
و بدن بواسطه کثرت تحلیل محتاج و مشتاق بجذب غذاست و عروق
غذای خام جذب میکند و عروق از جگر و جگر از ماساریقا و معده
و معده و آن نیز ای دیگر این نقص میشود اگر ریاضت بر امتلا واقع شود
آنقدر صبر باید کرد که غذا از معده بگذرد که این هنگام مفرط ترست که
ریاضت بر خلاء بدن جایز نیست بقراط میگوید متی کان بالانسان
جوع فلا ینبغی ان یتعب و مراد جوع جوع اعضاست اگرچه تابع جوع اعضاست
جوع معده و آن نیز بی طعام لهذا چون معده خالی باشد اندکی از غذای
لطیف باید خوردن در تابستان لطیف تر و در زمستان غلیظتر و اگر
خطا واقع شود تدبیر آنست که ریاضت بر امتلا بهترست از خلاء بدن
باید که کم در وقت ریاضت بدن از حرارة و برودة و رطوبة و یبوسة
مفرط خالی باشد و اگر خطائی واقع شود با حرارة و رطوبة بهتر از برودة
و یبوسة بود و با یبوسة مزاج بیان تمام دارد و چون یابس المزاج ترک
ریاضت کند حال او بهتر شود و بصلاح باز آید و اگر در بدن ماده
بسیار باشد چنانچه ریاضت تحلیل آن نتواند کرد ریاضت نباید کرد

که آن ماده محتبس گردد آید و سبب بتمامه عفونی شود و نباید که بعفونت تباه و هلاک
سازد و هرگاه احتیاج بزیادتی ریاضت باشد دلکیه آن افزودن
بهتر از کمکیه است حبلا سوم در دلک و آن مالندگی است و احتیاج بما
لندگی از چند جهت است یکی تحلیل ماده ریحی یا فضلی از عضوی خاص
دوم صلابة بعضی عضلات و اعصاب مثل عضلات کردن که مالندگی از زیادة
نکند و ازالة کند سوم جذب ماده از عضوی بعضوی مثل دلک قدمین که جذب
ماده از عالی دارد چهارم تصلیب لین و تلیین صلب پنجم رقیق ساختن مواد
و تفتیح مسامات بدن و بدن را مستعد ریاضت و تحلیل ساختن یا بستن
مسام و منع تحلیل کردن و باز آوردن رطوبة و قوة به بدن و این قسم پنجم در
ریاضت بکار آید و پیش از ریاضت قسم اول این قسم چنین است از برای استعداد
و بعد از ریاضت قسم ثانی از و چنین است از برای استرداد و دلک از قبیل
حرکة منقسم میشود به نه قسم کثیر و قلیل و متوسط و صلب و لین و متوسط و چون
ترکیب کنند نه قسم حاصل شود و همچنین منقسم میشود بخشن و املس خشن
آنست که بدستار خشن دار بدرشتی مالندگی کنند و املس آنست که بدستار
نرم و خرقهای نرم مالندگی کنند و هر یک را اثریست دلک کثیر آنست که
مرات دلک بسیار باشد جذاب و تحلیل بسیار دارد و بدن را لاغر سازد و قلیل
مقابل آنست که جذب و تحلیلش اندک بود و معتدل متوسط باشد و بدن
فربه سازد و دلک صلب آنست که عضو را محکم گیرند اجزای بدن جمع سازد
و مسام ببندد و ماده که در عضو باشد رقیق گرداند و دلک لین بدن را

سست و نرم گرداند و رطوبات را رقیق سازد و معتدل میانه است و دلک خشن
خون را بظاهر بدن کشد و مسام بگشاید و مواد تحلیل برد و خشن از برای
استعداد ریاضت مختار است و دلک املس جذب خون نماید و در عضو
نگاه دارد و بدن فربه گرداند و از برای استعداد و استرداد هر چهار روا داشته
اند و دلک بحسب ترکیب اشیاء نیز متغیر گردد از مفردات قیاس باید کرد
بدن دلک استعدادی ابتدا به لین کنند و هر چند بریاضت نزدیک تر شوند
در قوة و شدة افزایند تا رطوبات رقیق گردد و مستعد دفع شود و
این دلک بحسب امزجه و شخص و وقت و سال و قلة و کثرت ماده و سن مختلف
شود و اما بحسب اعضای متخلخل البدن قلیل یا ضعیف باید و اعضای متکاثف قوی
یا کثیر و اعضای معتدل معتدل و از برای لاغر شدن معتدل لین مناسبت و از
برای فربه گردانیدن عضوی از گوشت باشد قوی باید چرا که فضول را
اندکست و بدن او قوی و از برای فربه تجسیم طویل باید بجهة کثرت فضله
و ضعف قوة اما وقت فصل زمستان دلک بقوة باید بجهة کثرت ماده و قوة
و در تابستان اگر محتاج بدلک باشد ضعیف باید یا قلیل و در ربیع تعدیل
دلک مناسب است بجهة بسیاری ماده و نقصان قوة نسبت بزمستان و در
پائیز چون ایام تابستان از پیش واقع شده و تحلیل مواد بسیار شده و در
بدن ماده نمانده دلک ضعیف باید اما کثرة و قلة و غلظة و رقة ماده
اگر در بدن ماده رقیق باشد قصیر یا ضعیف باید و اگر غلیظ باشد
طویل باید و در اینجا دلک قوی مناسب نیست برای آنکه لطیف را تحلیل

می برد و کثیف باقی می ماند و اگر ماده بسیار باشد دلک کثیر باید یا قوی
و اگر اندک باشد ضعیف یا قلیل و ابن صبی محتاج باین دلک نیست برای آنکه
رطوبات او غریزی است و بدن او محتاج برطوبت جهت نمو و اگر فضله باشد
رقیق است و اگر فضله غلیظ باشد ضعیف و قلیل مناسبت و جوان محتاج حرارت
مزاج و لطافت مواد تحلیل دلک او را مناسبت و کهل و شیخ را در قوت و رطوبت باید
افزود و چون حالات بدن ترکیب یابد از احکام مذکوره دلک مناسبت
حال اختیار باید نمود و در دلک استعداد بعضی تجویز روغن کرده اند
برای نرمی اعصاب و اوتار و رقیق ماده و بعضی منع کرده اند که روغن مسامات را
سد داشته و مانع تحلیل است و حق آنست که روغن مفتح مثل روغن بابونه
و شبت مناسبت خصوصا که در اعصاب و عضلات سختی یابند یا بدهیئته
و نفخ صلابت نمایند و بتفتیح مانع تشدید شود یعنی اگر روغن قابض اختیار
کنند و اگر روغنی که تلیین تنها داشته باشد بی تفتیح مثل روغن بنفشه و کدو
از آن نیز اجتناب نمایند و هر گاه از ریاضت فارغ شوند دلک استرداد
اختیار کنند و آن دلک دو نوع است یکی آنکه مقصود از آن تحلیل بقایا و
فضول باشد که بحسب عجلت آمده و در انجا مانده و ریاضت تحلیل آن نکرده
تا آن فضله سبب اعیا نشود و نوعی دیگر آن که مقصود از آن حبس رطوبات
بدن باشد تا از تحلیل نگاه دارد حرارت و رطوبت و قوت به بدن باز گرداند
و فی الحقیقه دلک استرداد این قسم است و البته روغن نرم سد کننده
بدین واجب باید ساخت مثل روغن کنجد و بادام تخصیص که بدن تحلیل

یا ضعیف باشد و مفضل تابستان باشد که درین حالات روغن بیشتر
باید مالید و تا تشدید و ترطیب بیشتر کند و متخلخل البدن و قوی البدن
و در فصل زمستان و بهار روغن کمتر باید مالید و اول روغن باید مالید
و اعضا را نرم کرده اند بعد از آن شروع دلک باید شد و اگر مراد این دلک
تحلیل باشد روغن مفتح اختیار باید کرد و اگر مراد تشدید باشد روغن
مرطب و طریق دیگر این دلک آنست که اگر غرض تحلیل باشد ابتدا بدلک
قوی نمایند و بمعتدل ختم کنند و اگر مقصود تشدید باشد دلک معتدل اختیار
کنند و بهیئتهای مختلف تا بهمه اعضا برسد و در وقت دلک و بعد از دلک
اعضا را بکشند و نفس باندرون کشند و محفوظ نگاه دارند تا عضلات سینه
ممتد شود و بقیه فضلات او بتحلیل رود و همچنین عضلات شکم را گاهی
باندرون کشند و گاهی بیرون گذارند مجملا تمام اعضا را باهستگی حرکت
دهند جهت تحلیل بقیه فضله مختلف شده از ریاضت بعد از آن بحمام مرطب
روند و دلک استرداد هر چند بآخر تن دیگر شود و روغن افزایند
و بر می خاتم کنند از صلابت و شدت تخفیف در اطفال که احتیاج بنشو و
نما بیشتر دارند و در جوانان و کاملان زیادتی کمتر هست و چون خطا در دلک
واقع شود آن خطا اگر بحسب کیفیت باشد شیخ الرئیس برانست که اگر بسختی
مایل باشد بهتر از انست که در جانب نرمی باشد برای آنکه از دلک صلب
توقع افراط تحلیل است و تدارک افراط تحلیل آسان تر است از تلافی
استعداد بدن فاسد را بواسطه آنکه دلک صلب بدن قوی میشود و از

آفات خارجی و داخلی ایمن می ماند ولیکن برعکس اینست و اگر خطا بحسب
کمیت باشد اگر از جانب کمی واقع شود بهتر آنست که از طرف ازدیاد باشد
بجهت آنکه ماده که بجهت قلت دلک در بدن باقی ماند ریاضت تلافی آن میکند
و بوسهل مسیحی و دیگران بر آنند که چون خطا واقع شود اگر بجانب نرمی باشد بهتر
از آنست که از جهت صلابت باشد بواسطه آنکه مفرط صلابت مفرط تحلیل است و مضرات
نرمی قلت تحلیل بجبر قلت بریاضت میتوان کرد و نیز افنا چیزی آسانتر از
تحصیل است و بعض شیخ الرئیس موافق رای جالینوس است جمله چهارم در اعیا
ماندگی بدن از ریاضت پیدا میشود و از غیر ریاضت نیز باشد و در اینجا تعبیر
الجز تابع ریاضت مذکور میگردد و اعیا که تابع ریاضت گاهی واقع میشود
که در ریاضت افراط کنند و حرکت زیاده شود و حرارت حادثه پیدا کند و فضلات
را تا آید و مضرات رسانند و اعیا چهار نوع می باشد قروحی و تمددی و
ورمی و تشنجی اما قروحی آنست که صاحب اعیا در بدن مثل الم قرحه یابد
سبب آن اخلاط رقیق حاد باشد که بجهت حرکت پیدا شود و همچنین بجهت حرکت قوی
پیه و گوشت نرم بگدازند علاج این قسم آنست که راحت اختیار کنند و روغن
مرطب مثل روغن بادام و روغن بنفشه در کل و تمام بدن بتخصیص جانب
پشت و پا بمالند بعد از ان بحمام روند و آب نیم گرم بر بدن ریزند و
در آب لب نشینند و چون از حمام بیرون آیند سکنجبین شربت کرده خورند
و از طعام معتاد اندکی میل کنند اما تمددی آنست که صاحب اعیا مثل تمدد و
کشیدگی در خود یابد و سبب آن کشیدن عضله و عصب است بجهت بسیاری

تعب رسیدن بعضله اندک و علامتش آنست که چون دست بر بدن
نهند حرارت بیشتر از اعیاء قروحی یابند و علاج آنست که دلک لین قلیل
اختیار کنند و روغن بنفشه بادام گرم کرده در بدن مالند و سکون و آسایش
اختیار نمایند و بحمام روند و در آب گرم نشینند و توقف در آن نمایند و
چون از حمام بیرون آیند دیگر بدن را باز روغن چرب کنند و غذای لطیف
معتاد اندک میل کنند و اگر یک روز نزول نکرده دو روز و سه روز این تدبیر عمل
آرند اما اعیاء ورمی چنانست که صاحب اعیا شبیه بصداع ورم در اعضا
احساس کند سبب آن گرمی عضله باشد بجهت حرکت و فضله که در دیگر
عضلات باشد بعضلات منجذب گردد و در این اعیا چون دست بر بدن
مالند درد کنند و اعضا غلیظ گردد و بیشتر آنست که چون این حالت عارض
گردد که ریاضت و تعب نکشیده بی ریاضت معتاد باشد علاج آن دلک
لین است و روغن بنفشه و نیلوفر بر بدن مالیدن و تدبیرات دیگر
حمام و آبزن بکار داشتن و شیره تخم خرفه و شربت بنفشه مناسبت ماهی
با آش جو غذای نیکوست بدهند و از غذا مناسبت اما تشنجی آنست که صاحب
اعیا در اعضا خشکی و لاغری یابد و آن را یبسی نیز گویند سبب کثرت تحلیل
و استیلای یبوست است بنا بر ان گذشته احتمال آن دلک لین و تدهین و حمام
و آبزن علاج کنند و در ترطیب بدن مبالغه بیشتر نمایند و از دیگر
ریاضت کمتر کنند و با آهستگی ریاضت نمایند و حمام و تدهین بجای
آرند باب پنجم در حرکت و سکون نفسانی و مشتمل بر دو جمله جمله در بیان

ماهیت حرکت و سکون نفسانی و تأثیر هر یک در بدن مخفی نماند که مراد اطبا از
حرکات نفسانی عوارض نفسانی است و آن کیفیتی چند است که عارض نفس شود
بتبعیت انفعالات که عارض او گردد بواسطه امر ضار و نافع که قوی بدن
ادراک آن کند و تابع این حالات است حرکت روح و خون بخارج و داخل بدن
و این عوارض چنانچه ذکر کرده اند غضب و غم و هم و حزن و خجل و فزع و فرح
است و این قسمت باعتبار حرکت روح باشد بداخل و خارج دفعةً یا بتدریج
گفته اند که روح اگر میل بخارج کند دفعةً غضب است و اگر حرکت او بخارج
بسبیل تدریج باشد فرحست و اگر دفعةً بداخل میل کند فزع باشد و اگر
بتدریج بداخل میل کند غم است و اگر حرکت او بداخل و خارج هر دو دارد
در شرم است یعنی خجالت دیگری هم بابین بعضی اطبا تعریف اعراض نفسانی
چنین کرده اند که غضب کیفیتی است نفسانی که تابع اوست حرکت روح بخا
رج دفعةً جهت انتقام کشیدن از موذی و فرح کیفیتی نفسانی است که تابع
اوست حرکت روح و خون بخارج بدن بتدریج برای رسیدن بمطلوب و فزع
کیفیتی نفسانی است که تابع اوست حرکت روح بداخل اندک اندک بجهت موذی
که واقع باشد و خوف حصول ملائمی بعد از آن نباشد و غم کیفیتی نفسانی است
که تابع اوست حرکت روح بخارج و داخل بسبیل تدریج بجهت موذی که متوقع
الحصول باشد و مرکب از خوف و رجا است در وقت غلبه خوف خون و روح
میل بداخل کند و در وقت غلبه رجا میل بخارج نماید لهذا گفته اند
که هم جهاد نفسی است و خجل نیز حرکت روح است بداخل و خارج مثل هم

الا آنکه میل روح در اینجا شبیه بحرکت فزع است و حرکت دفعی است
لهذا دفعةً اثر انقباض و صفرة در رو ظاهر میشود بعد از آن
عقل آن امر مکروه را حقیر می شمارد و خون و روح باز بخارج میل
میکند و بظاهر منبسط میشود و رنگ سرخ میگردد گویا مرکب است از فرح
و فزع و در این تعریفات مناقشات بسیار است که ایراد آن مقتضی مقام
نیست و در این حرکات نفسانی چون که روح با آن جهت حرکت کند کم شود
چنانچه که از حرکت نماید سرخ گردد و در فزع و غم بر عکس و این قیاس
در هم و جهات کاهی باطن کم شود و ظاهر سرخ گردد و گاه بر عکس این باشد
و چون حرکت بجانب خارج دفعی باشد و مفرط بود غشی و موت تابع آن
باشد بجهت خلاء و تجویف قلب از روح و همچنین در حالت نقیض حالت مذکوره
چون ارواح دفعةً در باطن مجتمع شود و مختنق گردد بر وجهی که ممکن نباشد
استنشاق هوا از طریق شش ضعیف و غشی تابع آن باشد بسبب کثرت
و تلاحق احتقان و احتناق و عوارض نفسانی را در بدن آثار قوی است چنانچه
از نقص حوض آب در دهن میگردد و هر چه در نفس قرار گیرد اثر آن در
بدن زود ظاهر شود علامه شیرازی آورده که زنی حامله مهندسی آورد
که سرای مصورتی آدمی بود و باقی بدن بطریق تمام آن طفل بهم آمد و سر
مادر همچو در آن حالی بن که بر آب بود در آن بر که می رفت و سیاحت
میکرد مادر بحث گفته که در وقت مقاربت با شوهر در برابرش ماهی
بود که از آن خوف می بود چون عوارض نفسانی مختلفات را در بدن این

مرتبه تاثیر استحفاظ صحة را لازم است که تا شروع تدبیر هر یک بماند تا در
وقت احتیاج ستدارک آن تواند کوشید صاحب کامل گوید که غضب حرارت
خشکی و صفرا افزاده سازد و حمی یوم آورد بس اگر در بدن خلطی مستعد
عفونت باشد حمی عفنی احداث کند و چون غضب با فراط انجامد تحلیل
حرارت غریزیه کند حتی اگر لاغر بدن اعضا آورد و چون این مرتبه بکذرد
غشی تولد کند خصوصا که ضعیف القوة باشد و گفته اند که غضب سبب
موت نمیشود بخلاف فرح مسلک و قیاس آنست که غضب قوی در احداث
موت اقوی باشد از فرح لیکن محقق شده و بتجربه رسیده که کسی بغضب فوت
نشده و علامه شیرازی میفرماید که ان کثیرا من الناس قد ماتوا من الفرح
ولم یسمع موت انسان من الغضب و قرشی چنین میگوید که غشی و موت
در اکثر تابع فرح مفرط است و در غضب اگرچه حرکت روح بخارج
دفعی است اما غضب نمی باشد الا با غلیان خون دل و حصول قوت جهت
طلب انتقام و با این حالت دور است که باطن سرد شود و سبب غشی گردد چه
جای موت خلافا للطبری که در کتاب معالجات بقراطی در امراض قلب ذکر
میکند که غضب و حزن و فرح شدید هر سه سبب موت میشود در ضعیف
القلب و غضب چون با فراط نباشد حرارت غریزی و خون را بظاهر بدن
آورد و رنگ نیکو سازد و مزاج سرد را فایده دهد و فرح تقویت نفس
و حرارت غریزی نماید و در وقت صحت و مرض هر دو نافع است حرارت
غریزی با هستگی بر افروزد و بخارات دخانی از تجویف دل بیرون کند

روح قلبی صاف سازد و منبسط گرداند و هضم را قوت دهد که تابع
آن باشد کثرت تولد خون و صفا و حمرت لون بلکه جمیع قوی را تقویت کند
موافق جمیع امزجه باشد بتخصیص معتدل المزاج غم سبب اجتماع حرارت
باشد در باطن و حمی یوم تولد کند و چون مدت غم دراز کشد بدن را
کم سازد و حرارت با اعضای اصلی سرایت کند و سبب دق شود و غم بجمیع
ابدان و امزجه مضرت دارد خصوصا کسانی که مزاج ایشان سرد و خشک باشد
گفته اند الغم یبس الدماغ و یهزل و یضعف جمیع القوی و در هم و تجاذب روح
را حرکات مختلف سبب سل باشد سبب فساد مزاج شود حمد و ذم
در حفظ صحت بعوارض نفسانی شادی و فرح موافق جمیع ابدان است و
قوی بدن را تقویت کند چنانچه گذشت اما از دیگر اعراض نفسانی مثل غم و
هم و غضب ما امکن اجتناب باید نمود بتخصیص حار المزاج که در وی قوت
تب دق و سل تولد کند و نگاه داشتن خود از اعراض نفسانی و دفع
مضرت آن بدو طریق کرده اند اول علاج هر عرضی بنقیض او کنند اگر
غضب حرارت بر افروزد بشنوانیدن تحننا و فرح انگیز مشغول ساختن
یا ان بها و احضار دوستان علاج کنند و شربتهای سرد مقوی قلب مثل
شربت صندل و شربت تخم خرفه و شربت نیلوفر حرارت را تسکین دهد
و هم و غم را باستماع ضرب و استماع غزل و نغمهای مرغوب و مجالست با ظرفا
و اصدقا و استماع افسانها و دیدن شعبدها و اشربه و تراکیب مفرحات
مائل بحرارت مثل شربت گاوزبان و امثال آن علاج کنند و بدین قیاس

و باقی عوارض نفسانی دوم آنست که آدمی مرتبهٔ خود بلند تصور کند
و یکی و ثمات هر عنایت را سهل شمارد اگر آن مطلب هر عونی حاصل شود
بآن فرحان نشود و آن چیز را دستان دی همت قدری شد و اگر مکروهی رسد
نفس را فارغ دارد و آن مکروه را سهل انگارد و گوید که این مکروه قدر آن ندارد
که از برای او متغیر باید بود تا بتدریج نفس او باینک و بدان روزگار عادت کند
و بهر چیزی شادمان و غمگین نشود و این امر که آدمی از تاثیر آن بی
اختیار است کم بهتر شود چنانچه گفته اند نظم دنیا آن قدر ندارد که بر او
رشک برند یا وجود و عدمش را غم بیهوده خورند ◦ نقش تا آن که نکرده نبین
شنی خاکی اهل انصاف توان داد که صاحب نظر هند ◦ شیخ آدمی زنهاید ◦ نظم
ز حکمت بیاموزت نکته که در هر چه و علم شوی سرفراز ◦ لباس طراهت جو در بر
کنی ◦ بذلت سپنج و بعزت منار ◦ باب پنجم در استفراغ و احتباس مشتمل است
بر فصلی و چند جمله فصل در بیان استفراغ و احتباس استفراغ عبارت از بیرون
کردن مواد و فضول بدن است و احتباس عبارت از ماندن مواد است در بدن
و استفراغ بر دو قسم است طبیعی و غیر طبیعی طبیعی دو نوع است ضروری مثل خروج
بول و براز و عرق و مخاط و طمث و منی از مجاری معتاد و غیر ضروری مثل حجامت
و غیر طبیعی مثل اسهال و رعاف و ادرار بول و عرق و طمث و وجه احتیاج باحتباس
ظاهر است که بدن را چاره نیست از نگاه داشتن غذا و بدل ما یتحلل و مدد نمو
و بقای حیات و احتیاج باستفراغ آنست که ماکولات و مشروبات بتمامه جزو بدن
نمیشود بلکه هر غذائی و شربی فضله واجب الدفع دارد دیدن می ماند که بر دفع بعضی

طبیعت قادر است و بطریق بول و براز و عرق و طمث و بخارات غیر محسوس
دفع مینماید و بعضی از آن تیسل است که طبیعت بر دفع آن قادر نیست چون
این فضول در بدن بماند و مجتمع شود بکمیت و کیفیت ضرر رساند و سبب بیماری
عفنی و ورم و ثقل بدن شود این هنگام طبیعت محتاج میشود بمدد طبیب
که آن فضول مجتمعه را پیش از آنکه اثری بد از آن در بدن ظاهر شود دفع کند
خصوصا در بدن جماعتی که ریاضت و تعب ننمایند و از خوردن غذاهای
کثیر الفضول حذر ننمایند بنا برآن لابد است که تفقد احوال بدن نمایند
اگر فضول بدن بر وجه معتاد دفع میشود معلوم است که در قوی و مجاری آفتی
نیست و اگر از حال طبیعی متغیر گشته باشد سبب آن معلوم نماید و بازالهٔ آن
مشغول شود و جاذب قوت سطر ساعی دارد اگر به بیند که طبیعت محتبس شده و بخلاف
عادت در زمان معتاد دفع نمیشود اهتمام بتلیین طبیعت نماید
و اگر پیش از وقت واجب پیش از زمان معتاد و بیش از قدر لایق دفع میشود
و بدن ضعیف میکرد و بحبس طبیعت مبادرت نماید و همچنین در بول و دیگر فضول
و تدبیر هر یک در جملهٔ مذکور میشود جمله اول در تلیین طبیعت و پیش آن
هر روز مرات طبیعی دفع براز دو نوبت است که فضله لیکن نهایت دفع
شود بسبب عادت متغیر شود بعضی باشد که روزی یک نوبت زیاده نزند
چون دفع طبیعت از حال عادت نگردد اگر تن می پیدا کنند و روان کرد ضعف
بدن و فتور قوی و خشکی اعضا پیدا شود و چون این حال متمادی شود
بدن و تشنج و کزاز کشد و هلاک سازد و سبب آن یا ضعف ماسکه باشد

یا خوردن غذاء نفخ مزلق یا دفع مواد یا سدهٔ ماساریقا سبب انخیق علامات
و علم سبب بالا گذشت سبب مشغول شوند و در سدهٔ مفتحات قابض مثل به
بکار دارند و در نفخ حابسات و قابضات بعمل آرند و ادویهٔ قابض اینست
برنج جبن عتیق کشک سیب امرود ترشی طبخی کرده بالای طعام بخورند و الا
تلیین کند زعرور حماض اترج شاه بلوط ربوب مثل که تخم حماض تخم خرفه
بیان کرده شد مثل بزرقطونا تخم ریحان خشخاش انار دانه
سماق ریواس طباشیر صندل تخم گل پوست بیخ بسته دانه مورد دانه
میوه کرویا کاکنج سجد اینسون گل ارمنی بزرالبنج ابیون و امثال اینها و گاه
باشد که احتیاج زیاده شود سفوفات قابض مثل سفوف حب الرمان و سفوف
انار دانه و سفوف طین مختوم حب الجبر در کتب معالجات مسطور است بکار دارد و اگر
طبیعت محتبس شود سبب آن یا ضعف دافعه باشد یا قوت ماسکه یا ضعف هاضمه
اما بیشتر آنست که ضعف هاضمه سبب لین طبیعت میشود یا سده وضیق مجاری
یا لزوجت و غلظ مادة یا فرط تحلیل یبوست ثقل یا عدم احتباس باحتیاج
بدفع ثقل همچنانکه در قولنج ریحی میباشد یا دفع طبیعت مواد بدن را از
مجاری دیگر یا مثل این حالات همچنانکه مزاج معده و جگر بر رود ها کم شود
یا غذا کمتر از عادت خورد پس تفحص این اسباب باید نمود و بازالهٔ سبب مشغول
شدن اگر سبب آن قوت ماسکه باشد یا خوردن مجففات و غذاهای قابض
به شیرهای جوب بخورد آب پالوده و حلوای که روغن کنجد روغن بادام یا روغن کنجد
داشته باشد تلیین طبیعت نمایند و در غذا اسفناج و چغندر داخل کنند

و تمر هندی ترش سان نشد و تا میسر شود از اغذیهٔ نفخ مجانبت نمایند
و اگر با اینها طبیعت نرم نشود بخیرهٔ بنفشه و گلقند و تمر هندی و آلو بخارائی
شیرخشت و ترنجبین نرم کرده است شکم را و ضعف هاضمه را عقوبات معده مثل
نمش دارو و جوارشات مثل کمونی تقویت کنند و عقوبات بر معده طلا کنند و
آیارج مجربست بمحاذات معده در تقویت معده و هضم دخل تمام دارد و اگر
سبب لزوجت خلط باشد بسکنجبینات و ملطفات و مفتحات و مقطعات ازاله
نمایند و اگر طبیعت سرد باشد شیره خشک دانه دخل غذا سازند و سعایج در آب
اسفاناخ شد و عسل و زنجبیل پرورده مناسبت و اگر احتیاج زیاده شود شیاف
حنا و حنظل باشیافی که از نمک و گل خطمی و صابون و شکر ساخته باشند بر دارند
و اگر از آن احتیاج زیاده شود حقنهٔ نرم کرده را از ثقل پاک سازد
مثل آب سبوس و آب برگ چغندر و روغن کنجد و شکر سرخ و ترنجبین
و نمک ترتیب نمایند و اگر بلغم بسیار باشد آب کامه و بورهٔ ارمنی داخل کنند
و اگر در تمام بدن فضول باشد لایق آنست که خلط غالب دفع کنند اگر
خون باشد اکحل بگشایند اگر چنین نباشد در وقت ساعت نمایند و الا
حجامت کنند از اکحل چون در ساقین که قائم مقام فصد است و اگر صفرا غالب
باشد آب انارین و قند آب تمر هندی و ترنجبین با آب هلیلهٔ زرد یا
شربت گل و سکنجبین و آب سرد تلیین کنند و اگر خلط سوداوی باشد سکنجبین
افتیمونی و آب پنیر یا شاهتره و سکنجبین افتیمونی و ترنجبین و آب
شاهتره مناسبست و اگر بلغمی باشد ایارج فیقرا با عسل سرشته مفید است

و در هفته یکبار نگاه داشتن معده سرد و دماغ و عصب پاک سازد و
رطوبات معده زایل کرده اند شربتی چهار درم است و تربد مقشر خشک داد
کوفته مفیداست صفت ایارج که معده سرد و اعصاب از مواد پاک سازد
مواد بشکند و سده جگر و سپرز و گرده بگشاید و شهوة غذا پدید آید و ذهن
صاف کرده اند و جوانی و صحت نگاه دارد و بلغم دفع کند تخم کرفس و انیسون
هریک چهار درم رازیانه تلخواه اصل السوس ترابشیدی افسنتین هریک سه
درم مصطکی سنبل دارچینی هر یک دو درم صبر سقوطری سی درم ادویه کوفته
بحیب بجیشه ده درم تا سه درم شربتی است اگر صفرا غالب باشد با سکنجبین خورد
و اگر بلغم غالب باشد با عسل و اگر سودا غالب باشد پنج درم افتیمون اقریطی
داخل کنند و با آب بالنگو یا آب بودینه نهری بخورد و اگر بواسیر داشته باشد
مقل ازرق دو درم دانگ یا سه دانگ داخل کنند و با مطبوخ مناسب بخورد صاحب کامل
گوید این دوائی جلیل القدر کثیر المنفعة است صحت نگاه دارد اگر بر وجه لایق
استعمال کنند ادویه مسهله مستدامة کثیر الاستعمال ابا باید دانست که جمع
ادویه مسهل بیک طریق عمل نمیکنند بلکه بعضی بعصر اسهال دارد مثل هلیلجات
و کل و بعضی بجلا اسهال دارد مثل نمک و حلویات و بعضی بجذبت اسهال
میکند مثل فرپیون و بعضی بلزوجت و ازلاق و تلیین دارد مثل ایلاب آلو
و بعضی بقوة جاذبه که واهب العطایا در وی خلق کرده اسهال آرد مثل محموده
که مسهل صفرا است و حال هریک از این بر طریق اجمال گفته شود محموده کم
خشک و مسهل صفرا است بدل و مجرب باشد بر وجه مقرر در میان سیب

به سیب ساخته دهند بهترین انطاکی صافی سریع التفرک انطاکی است
شربتی سعالی یک دانگ و حبیش بن حسن گوید جبل پیش از تعداد مقشر
خورند و آن نصف درم است اما امساک طبیعت نماید بعد از آن بگشاید و شاید
که با اسهال بکند شربتی از وی حیاست تا بیست جو فقیر تشخیص را دید که بغلط
یکمثقال محموده خورده و بعز اط اسهال مرد صبر کم و خشک است مسهل صفرا و بلغم باشد
معده و دماغ پاک سازد بهترین آن سقوطری باشد و رنگست شربتی نزد
متاخرین یکمثقال تا یکمثقال و نیم است و قدما تا سه مثقال گفته اند در وقت
شدت حرارت و برودت از خوردن او احتراز کنند که بالخاصیه مولد بواسیر
است مصطکی و گل و مقل مصلح است تربد کم و خشک و مسهل بلغم رقیق است
چون بقوت یا بد بنجبیل و نمک و امثال آن بلغم غلیظ نیز بیارد بهترین
آن مصمغ مجوف است شربتی از یکدرم است تا دو درم حمل در مطبوخ داخل
کنند شربتی چهار درم است غاریقون کم و خشک مسهل بلغم و سوداست بقراط
گوید مقویکا ابدان شایسته مفاد جمیع ادویه قتاله حاجت اصلاح ندارد
بهترین آن سفید سست باشد شربتی از نیم مثقال یا یکمثقال تعارفت
و تا دو مثقال گفته اند طبری در معالجات در باب تنادشهوة میگوید بعضی
از حذاق حق این گفته اند که جمع نمی باید کرد میان صبر و غاریقون
و جالینوس در یک موضع جمع نموده جائی که ادویه معده ذکر میکند
بسفایج کم است مسهل سودا و بلغم باشد و بهترین فستقی است که چون بشکنند
میان از مثل مغز پسته سبز باشد چون در نخود آب پزند شکم نرم گرداند

و قوی بیخ بکشاید شربتی از جرم او یکدرم تا دو درم است و در نقوع و
مطبوخ مابین دو درم تا پنج درم افتیمون گرم و خشک و مسهل سودا است
بلغم نیز آورد بهترین اقریطی سرخ رنگ است شربتی از جرم او یکدرم تا دو درم است
شاب اصحاب مزاج صفرا اینست که کرب و غثیان می آورد و در مطبوخ و نقوع
بیان دو درم تا چهار درم اندازند اسطوخودوس گرم و خشک و مسهل سودا
بلغم است و بدماغ فایده رساند بهتر آن تازه ایست که عفن باشد شربتی دو
درم است تا سه درم حب النیل شیخ فرماید بعضی گفته اند گرم و خشک است در
اول و حق آنست که گرم و خشک است مایل بدرجه سیوم چون تنها استعمال کنند مغص
و کرب آورد بهتر آنست که با هلیله محموده دهند و اکثر با تربد مخلوط سازند
بلغم نیز را باب آورد و اسهال قوی کند شربتی از نیم درم است تا یکدرم شاهترج
سرد و خشک و مسهل صفرا و اخلاط سوخته است و کرب ندارد بخلاف افتیمون که
غم و کرب آورد شربتی از جرم او سه درم تا هفت درم و در مطبوخ و نقوع
پنج درم تا ده درم و شربتی از آب عصاره وی از چهار وقیه تا هشت وقیه و
وقیه الحبا هشت مثقالست تحقیقا بنفشه سرد و تر است شکم نرم سازد و صفرا
آورد دو مثقال تا سه مثقال در مطبوخ و نقوع مقدار قوت ابن سرابیون گوید
سه درم تا هفت درم با قند کوفته بخورند آلو سرد و تر باشد صفرا را بیارد
و هر کدام آن تلیین بیشتر دارد هر چند که گویند آلوی تازه بیشتر تلیین
بیشتر از آلوی ترش دارد الا که آلوی ترش گاهی تلیین میکند بتقطیع
و تلطیف مثل دیگر حموضات که چون وارد شود بمعده که خلط داشته باشد

و اگر معده خالی باشد قبض حبس از وی ظاهر است و آلوی کوچک صلب که
از طعم او عفوصتی معلوم شود تلیین ندارد و آلوی خشک اگر در آب
بپزند و صاف کنند و با قند و ترنجبین بخورند اطلاق بیشتر و بهتر کند
و آلوی سفید اسهال کمتر از آلوی سیاه دارد از برای علاج بکار نباید
بیست عدد از آلو در مطبوخ و نقوع اندازند تمر هندی سرد و خشک
و مسهل صفرا باشد بیست مثقال در نقوع و مطبوخ داخل کنند بیشتر از
معتدلست طبع نرم کرده اند و بعض مسهلات از اعضا باز دارد بیست دانه
سی دانه در جلاب بهادا خل کنند ترنجبین شبنمی است که بر خار شتر در
خراسان و بخارا و قهستان نشیند بهترین حب دار سفیدست که از نیشاپور
آیند و قهستان نیز باشد طبع او بحرارت مایلست صفرا آورد شربتی
از ده مثقال تا بیست مثقال باشد مخفی نماند که ترنجبین در بدن صفراوی
مزاج مضرت میرساند و گفته اند که مستحیل به سم میشود و محمد ذکریا در رساله
حصبه و جدری تصریح میکند که ترنجبین را بمحموم ندهند اما شیر
خشت منع نکرده اند و فقیر هر دو را تجربه کرد و از ترنجبین ضرر تمام یافت
در بدن محموم حرارت زیاده ساخت و کرب آورد و از شیرخشت نیز
اندک کرب و قلق ظاهر شد لیکن بمرتبه ترنجبین نبود اما در غیر بدن
محموم اثر حرارت و کرب از شیرخشت بیشتر ظاهر میشود تشنگی بیشتر
می آورد و مکررات تجربه شده شیرخشت گیتی گوید افضل اصناف وی
است که در خراسان بر درخت بید نشیند مایل باعتدالست گویند

در باطن بدن تسخین دارد و در ظاهر تبرید کند قوتش زیاده از
تسخین باشد و شربتش همان مقدار متعارفست خیار شنبر هندی است
بهترین خیار چنبر آنست که غلیظ و رقیق القشر باشد و مغز او بسیار باشد
و بهتر آنست که عسل او را در قصبه بگذارند و در وقت احتیاج بیرون
آورند بلغم و سودا و اخلاط سوخته دفع کند و معده و روده پاک سازد
استعمال آن با ترنجبین قولنج فایده دهد و بلغم بسیار آورد که ترنجبین بقدر
آن ثقل نتواند کرد و استعمالش برفق و آسانی باشد حتی اکثر آبستن
را تجویز کرده اند که در وقت ضرورت بخیار شنبر تحریک نماید شربتش
از ده درم است تا ده درم و در ضعیف المعا مغص آورد چون بروغن بادام
چرب کنند مضرتش برطرف شود برودت بخشد ملح انواعست ملح معروف عجین
ملح اندرانی که بلور مانند و ملح نفطی که سیاهی او از نفط باشد و چون
بر آتش نهند سواد او زائل گردد و مثل اندرانی شود و ملح سیاه که سواد او
راسخ باشد و از جوهر او بود و ملح هندی که سرخ رنگ بود و جمیع اقسام
ملح گرم و خشک باشد شیخ میفرماید ملح با نواع [illegible] نقل باشد و طعام
[illegible] سازد نفطی بلغم عفنه و [illegible] و مره سودا دفع کند و ملح سیاه غیر نفطی
مسهل بلغم خام و سودا باشد و اندرانی مسهل خام و بلغم باشد و ملح مسهل
سودا باشد بقوه و همچنین ملح تمامه معین می باشد بتخصیص ملح نفطی
و اندرانی در حبوب از یک دانگ تا دو دانگ داخل کنند و گفته اند که
شربتی از ملح تا دو مثقال باشد آب از این مسهل صفرا آرد و [illegible]

اما شحمش اثر زیاده دارد و اگر دانه انار را در پوست بشکنند و شب
بگذارند و صباح بفشارند بهتر باشد و اسهال بیشتر کند شربت کل یکی از
جمله مسهلات صفرا باشد در صفرا اسهال کند از بیست مثقال تا چهل مثقال با تخمین
با آب سرد بدهند و اگر آب برف و یخ باشد بهتر و چون شارب آن تشنگی
در خود یابد باید در عمل تقصیر کند آب برف و یخ بخورد که بهتر عمل کند [illegible]
ادویه مسهله که بین الاطبا مشهور و متداولست و بعضی کسان باشند خصوصا
اهل نعم و راحت که از خوردن مسهلات طبیعت ایشان نفرت داشته باشد حکما
بعضی از ادویه اختیار کرده اند که بطلا و ضماد شکم نرم کرده اند و جهت اطفال
مشایخ و جماعتی که کاره خوردن مسهل باشند مناسب بود و هذا صفتها
طلائی که ابن بیطار نقل از شریف کند بستاند یک کف تربد و آن را قلای
مصر است نیم کوفته [illegible] یک سی کنند و یکمن شیر تازه بر دیگی
اندازند آنقدر که دو انگشت بر بالای تربد بر آید تعبدا نان بزنند
آنقدر که تمام شیر بخورد کنند بس روغن گاو داخل کنند تا به بندد آن را
بر خرقه مالند اگر بیرون ناف ضماد کنند اسهال صفرا نماید و اگر بر موضع اندازند
سودا یا مرد و اگر بر ما بین الورکین ضماد کنند بلغم خام دفع نماید و چون
خواهند که اسهال منقطع شود خرقه را بردارند و موضع ضماد را با آب سرد
بشویند و گفته اند که این ضماد را از اسرار مکتوم اطبا است با طفال و مشایخ مناسب
باشد طلائی دیگر که اگر بر موضع اندازند قی آورد و اگر بر ناف ضماد کنند
اسهال کند و اگر بر عانه نهند بول براند و این را ضماد سلمه گویند

صفت برنج کابلی عصارهٔ قثاء الحمار از هر یک سه مثقال حب تقی سفید مرغ از هر یکی چهار مثقال پیه بز پنج درم درد زیت ده درم موم پیچتم موم را در روغن بکداز ند و با ادویه باقی مخلوط سازند و کاغذی را باین ضماد آلوده ساخته بموضع مطلوب نهند دوائی دیگر که طلا شکم نرم سازد موم سیزده درم روغن بید انجیر در روغن زیت حل کرده نرم عصارهٔ قثاء الحمار محموده یا شیرم یا شحم حنظل با زهره گاو مجموع یا بعضی بحسب احتیاج موم روغن سازند و بشکم بمالند برگ گل سقالو کوفته بر ناف طلا کردن حب القرع و کرم شکم با سهال بیارد و الاعتماد فی الکل علی التجربه فی الحقنه بقراط حقنه کردن از رعی بیا بی آموخته که آن مرغ بر خوردن ماهی حریص بود و چون ماهی بسیار بخورد بزحمت می افتاد و دهن از آب شور دریا پر می ساخت و منقار که داشت بشکم می نهاد و آب دریا بشکم میریخت هر چه خورده بود فی الحال بیرون می آمد بقراط چون این حال مشاهده کرد بفکر حقنه افتاد و حقنهٔ ترتیب داد و از برای قبض بیبی طبیعه بتجربه نمود اش آن معتمد برآمد بعد از آن بمرور ایام جهة تبدیل مزاج و تحلیل نفخ و تقویة باه و تغذیة و ترویح امعا حقنه اختیار کردند و فایدهٔ آن درین امراض بسیار یافتند از برای آنکه دوا درین صورت بمسافة بی کسر قوة بموضع مطلوب و حوالی آن میرسد و فایده بهتر میرساند حقنه منقسم میشود بچند که اختلاف مزاج منقسم بحار و بارد و معتدل و بملحا منقسم بملینه و حاده و متوسط و بمحلله نفخ و مغذیه و قابضه و مغذیه و مسمنه و منبهیه و مقصود مادرین رساله بیان حقنهٔ مسهله شیخ میفرماید که

حقنهٔ معالجه فاضلست در بیرون کردن فضول از رودهاء و تسکین درد ها از روده و مثانه و ما بجاع و قولنج و چون ثفل خشک در رودها محتبس باشد و بان دادن مطبوخ خفیف مضرت باشد چاره نیست بهتر از حقنه که اگر قادر بر دفع باشد خود در شکم نماند و مضرة نرساند بخلاف شرب مطبوخ و حقنه در جذب فضول از اعالی بدن مفید ست و همچنین نافعست در دفع بقایای مواد که بواسطهٔ تقصیر در استفراغات در بدن باقی مانده باشد الا آنکه حقنهٔ حاد ضعیف جگر است و بیت آورد و بهترین اوقات از برای این عمل اطراف نهار است که بواسطهٔ سردی هوا اضطراب و حرارة کمتر واقع شود و بسیار مذموم باشد که در حمام حقنه کنند بغایت مذموم است و حرارة حمام مانع عمل حقنه است جهة جذب بجانب نقیض و تحلیلش سبب ازدیاد ضعیف میشود لهذا گفته اند که پیشتر از حقنه نیز بحمام نروند تا مواد از باطن بدن بظاهر منجذب نشود بلکه در باطن بماند و دفع شود اما بعد از حقنه مفیدست بقیهٔ مواد را تحلیل نماید و بیش از استعمال حقنه شربتی مقوی معده نگاه دارد و بهترین اوضاع در حقنه آنست که بپشت خوابند که درین آسایش بیشترست سر و سرین را بالش نهند چنانکه میان پشت بزمین باشد و اگر محتاج باشد بجانب پیچ میل کنند صاحب درد کرده برپشت باز خوابد و صاحب قولنج بشکم بزمین تا ساعت دیگر از جماع منع نماید که در ساعت حقنه کردن عطسه و سرفه واقع نشود و اگر ابنیه را بموم و روغن نرم کنند یا روغن بنفشه یا بادام چرب کنند و همچنین حالی معتدل تا محرج از خشونة و صلابة

ابتدا به تنقیه نشود بعد از آن انبوبه را بمقعد فرستند بآهستگی و بادخال طرف
انبوبه اکتفا نکنند که مطبوخ بیرون آید و تمام انبوبه را نیز نفرستند شاید
که ثقلی باشد در دهن انبوبه را بگیرد بعد از آن حقنه را بمقدار معتدل در محقنه
بریزند و قدر حقنه باید که بسیار کم نباشد تا بموضع مقصود برسد و زیاده نیز بسیار
تا بطبیعت گران نشود و اضطراب نیاورد و مقدار آن پنجاه مثقال گفته اند و باید
که مطبوخ در کیفیت نیز معتدل باشد بسیار گرم نباشد تا سبب لذع معا و اسهال
دم و غشی نشود و بسیار سرد نیز نباشد تا نفخ نکند که اگر سرد باشد نفخ کند
شکم اجابت ننماید و در رقت و غلظ نیز بسیار باید حقنه رقیق سبب کسل و
نفخ شود و غلیظ بروده و مثانه مضرت رساند چنانچه صاحب ارشاد ابن جمیع است
ارشاد نموده و چون حقنه را بمحقنه بریزد باعتدال بفشارد تا بآن آهستگی
که حقنه بمحل مطلوب برسد نه بآن عنف که حقنه بعجله با عالی بدن مرتفع شود
و تا تمام حقنه با بدن درون نرود دست برندارد که اگر در میان حقنه ریختن
دست بردارد هوا بدرون شکم رود و باد گیرد به رودها اذیت رساند و اگر
حقنه قصد خروج کند ممانعت نکنند بلکه گذارند که بیرون آید بعد از آن
اعاده نمایند و جمیع ادویه در حقنه داخل میتوان کردن الا صبر که ممنوعست
و همچنین آب کشنیز تازه و افیون ممنوعست و چون حقنه برای قبض شکم باشد
از لعابات و ملینات در حقنه داخل کردن مناسبست مثل لعاب خطمی و خبازی
و آب سبوس و آب برگ چغندر روده را از ثقل پاک سازد و روغن کنجد
و روغن بادام مناسب باشد و اگر با تلیین تسخین خواهند شیره خشق ذانه

مفیدات و اگر مدعا بآن حاصل نشود بوره ارمنی و نمک و شکر و ترنجبین و کامه
و عسل بحسب اقتضای وقت داخل کنند و چون احتیاج شود ادویه مسهله داخل کنند
و تا حاجت زیاده نشود از حقنه لینه تجاوز ننمایند حصه دوم در قی باید
دانست که قی دو نوع است طبیعی و صناعی و دو قسم دیگر است ضروری و اختیاری
و قسم اول که چون اختیار دخلی ندارد حکمی بآن جاری نیست و صناعی ضروری که حاجتی
مقتضی آن باشد مثل تدبیر آن همین است که پیش از توجه بقی کردن ماده را مستعد
دفع سازند و بدن را مهیای قی کردن کرده اند چنانچه از تدبیر صناعی اختیاری
مفهوم شود و از برای صناعی اختیاری شرایط مقرره داشته اند اولا معلوم باید
کردن که احتیاج بقی اختیاری چراست و وجه آنست که هر روز از ماکولات و
مشروبات آلودگی و اثری در معده میماند و در جرم معده محل قرار میگیرد
و این رطوبات چون بسیار شود میان جرم معده و غذا حایل گردد و نگذارد که
معده تصرف تمام در غذا نماید و از آن مفاسد بسیار پیدا میشود پس حافظ صحت
را ناچار است که پیش از ظهور و حدوث مضرت بتدارک آن کوشد و معده را
ازین اخلاط پاک کرده اند و چون پاک ساختن معده بطریقی که رودها از ثقل
پاک میشود که صفرا همه روزه بقدر حاجت برودها میریزد و آنرا میشوید
در اینجا میسر نیست چرا که صفرا چون اندکی بمعده ریخت سبب غثیان و سقوط
اشتها میشود چنانچه در بیماری صفراوی مشاهده شده حکیم علیم جلت قدرته و عمت
نعمته غسل معده را بقوه اختیاری بازگذاشت که چون رطوبات در معده جمع
شود آنرا بطریق قی پاک سازند **نظم** هر چیز بدان صفت که می باید هست

این دوائی که گفته است بود کج باشد و بقراط قی را پسندیده و ضامن شده که چون
قی بر وجه لایق واقع شده حافظ صحت باشد و قی دفع بلغم و قمع مواد و قلع
اخلاط و بقایاء معده اش تمام دارد و اشتها پدید آرد و نفرت معده از طعام زایل کرده اند
و اخلاط از سایر بدن جذب نماید لهذا قی در پاک ساختن مواد غلیظ کردن محل
معده قرار گرفته بهتر از اسهال دانسته اند و ثقل و سستی بدن برد و مرضهای
مزمن چون فالج و رعشه و صرع و سدی یرقان زایل کرده اند و مایش کرده و
شامه را فایده دهد و بقو باکثیرا لنفع باشد و از برای جذام علاج قوی است
و نفع قی با سایر بدن بیشتر از اعالی است اما مرضهای سر و دماغ و گردن و سینه
و پهلوها اسهال موافق‌تر از قی باشد کما اگر مرض دماغی نیز که معده باشد
گردد اینجا قی آخر الامر فایده میرساند اگرچه در مرتبه اول مرض زیاده شاید نماید
کرده اند و همچنین جماعتی که سینهٔ ایشان تنگ باشد و نفس بدشواری کشند
و مستعد نفث دم باشند احتراز از قی کنند و همچنین کسانی که گردن ایشان
باریک و دراز باشد و شانه‌ها ناچیز و بیرون آمده از قی اجتناب واجب
دانند که این طایفه مستعد نفث دم باشند و کسانی که ایشان را احتراز از قی
واجب است اصحاب استعداد خناق و اورام حلق است و جماعتی که معده بسیار
ضعیف داشته باشند و طایفه که بسیار فربه باشند و همچنین بعضی که قی کردن
معتاد نباشد و قی کردن بر ایشان دشوار بود بتقیئات قوی دلیر نمایند که
خوف آن هست که در سینه و اعضاء نفس عروقی شکافته گردد و در سل کشد و آخر
کشد بلکه بجای محض مستعد قی کردن طایفه اند که سینه پهن و گردن قوی و دراز

و عضلات شکم بقوت داشته باشند و مردم صفراوی مزاج لاغر اندام را
نیز قی مناسبت دارد چه اکثر بلغم بقی دفع شود بجهة کثرة وجود بلغم در معده
که گفته اند که المعدة بیت البلغم بعد از آن صفرا و بعد سودا بجهة ثقل این و خفة
آن که سودا در بدن کمتر از صفراست و گفته اند که سودا اسهل دفع شود الا در
بدن شخصی که سپرز او عظیم شده باشد یا حکیمش گرم باشد یا مسکری
خورده باشد یا زنی باشد که حیضش مدتی بسته باشد و در غیر این اشخاص
تا دوا سودا بقی دفع شود و چون قی کنند فربه و بلغمی مزاج باشد اول ریاضت
کشد دیگر بحمام رود بعد از آن بقی کردن مشغول شود تا فضول و اخلاط رقیق
گردد و مجاری بگشاید و قی بهتر آید صفت مقیی مناسب آب ترب ماء العسل
سکنجبین بخورد و قی کند یا وقت شب ترب پاره کرده در ماء العسل و سکنجبین
بخیسانند و روز دیگر بخورد و قی کند دیگر آب سیب و آب ترب و سکنجبین نیم
گرم بخورد و اگر خواهند که صفرا بیشتر دفع شود آب سرد خورند و قی کنند که
صفرا اعتدال یابد و بهتر دفع شود و چون قی در خلای معده بآسانی نیاید
غذایی که مناسب قی باشد مثل ماهی شور و پنیر شور و مطبوخی که ترب و شبت
در آن پخته باشد بخورند و قی کنند باید که غذا اندک بخوابند و بعد نیم ساعت نهند
تا در خلل معده دیر نماند و در وقت قی ملطفات را بمعده بیشتر باشد باید که
مختلف الاشیاء باشد بعضی مفتح و بعضی ملطف و بعضی مقطع و بعضی مقیی بود تا
اغراض مطلوبه تمام بفعل آید و اگر سهولت و عسر قی کردن معلوم نباشد اول
مقیی ضعیف سبک دهند و بآن حقیقت معلوم نمایند چون سهولت قی کردن

معلوم شود بیقین قوی جسارت کند و اگر خواهند که استعداد قی کردن حاصل
کنند شوربا هاى چرب نرم غذا سازند و چیزها میل کنند و ریاضت کم کنند
و هر روز بگرمابه مرطب روند و شکم ببندند و بعد از آن بروغن بنفشه بادام و روغنهای
مرطب ملین چرب کنند و پیش از قی غذا مناسب خورند و قی کنند و غذا که
کسان برای قی کردن خورند باید که چیزها باشد که اگر طبیعت عاصی شود
و قی واقع نشود از ماندن آن غذا مضرت نیابد و خلطی نیکو از و متولد گردد
این ملاحظه در جمیع اشخاص اولی است و بهترین اوقات ابتدای قی کردن تا
بستانست که مواد بواسطه صفراویه متوجه اعالی است و بعد از ان بهار و در زمستان
قی ممنوعست و در پاییز مضرت میرساند و سبب حمیات می شود و محافظه صحت
باید کرد و هر ماه دو روز متوالی قی کنند تا انچه در روز اول بسبب جذب
قی بمعده منجذب شده یا در روز اول در دفع تقصیری واقع شده در نوبت
ثانی دفع گردد برای انکه در مرتبه اول حرکت قی اندرون و تحریک اخلاط میکند
و بعد از ان اندکی در معده جمع میشود پس در روز دوم اگر قی واقع شود
هر خلط که مجتمع شده باشد بتمام دفع شود و معده بخوبی پاک گردد اما حفظ دوام
نمی باید کرد و تقدیم و تاخیر می باید نمود چه اگر آن دو روز زیاده قی کنند از
واقع شود و مصلح شغف بند دفع گردد لکن ان ضرره اکثر من نفعه و کسان باشند
که قی کردن بسیار عادت خود ساخته اند بخصوص بعد از ماکولات یا بقصد انکه اصلاح
بدن میکنند بنا بر انکه در اول اندک نفعی از ان می یابند اما غافلند که افساد
آن بیش از اصلاحست چه که نسج معده سست میشود و بتولد مواد میکند طبیعت

فرستادن فضلات را بمعده عادت میکند و معده او مصب فضول میشود
و آخر الامر از آنها بظهور میرسد و فقیر شخصی را دید که این صفت داشت
هر چند آن شخص را منع کردم و مفاسد و مضار آن بیان نمودم مفید نیفتاد
چون مدتی بر ان بگذشت و پرهیز بدنش بگداخت و بامراض بد خود را
مبتلا ساخت و در ورطه هلاک انداخت و قاعده قی کردن آنست که چون خواهد قی
کنند حرکت کند تا مواد معده بآن مخلوط گردد و بعد از ان چشم و شکم ببندند
و کشاده اند دو خریطه پر از پنبه سازند و بر بالای چشم نهند و ببندند و در است
بنشیند مایل بجانب چپ و اگر ایستاده یا قایم و قاعد باشد قی بهتر آید و بهیچ حال
بیمین و بیسار تکیه نکند تا از استفراغ فارغ شود و چون [illegible] باشد و احتیاج
بقی کردن باشد در گرمابه رود و شکم و عضلات را بروغنهای نرم گرم کرده
چرب کند و آب نیم گرم بر شکم بریزد و اگر حاجت باشد بپر مرغ بروغن سوسن
چرب کرده در حلق کند و دغدغه بمعده نماید که تنقیه تمام حاصل شود
و علامت قی آنست که بعد از قی در خود سبکی و خفت یابد و میل غذا بیش
بیشتر پیدا کند و نفس بحال اعتدال باشد و علامت زیادتی قی
آنست که چیزی که بعد به دفع نشود و چشمها آماس کند و سرخ شود و عرق
روان گردد و فواق بدید آید و آواز منقطع شود و در حال تدارک آن باید
نمود تا بفساد نکشد و تدبیری که درین حالت بهتر از حقنه نیست تا مواد بحرکت
آمده باسافل راجع گردد و دفع شود و نگاه باشد که بعد از قی کردن حالات
بد ظاهر گردد و تدارک آن باید نمود اگر سوزش عظیم در شکم پیدا شود

شوربای جو جهت غذا باید ساخت و آب کم در روغن کنجد خوردن و موم روغن
باید مالیدن و اگر فواق پیدا شود آب کم اندک اندک تجرع باید نمود و اگر
در شب پلوها درد و الم ظاهر گردد آب کم در روغن بهم مخلوط ساخته پنبه یا اسفنج
بآن تر کرده بمحل درد باید نهادن و در تمام اعراض بد لبن حلیب خوردن
مفید است و چون قی بمدعا واقع شود و فارغ کردند آب سرد بروی زنند
و دهن و روی را بآب ممزوج بسرکه بشویند تا بخارات که متوجه سر و دماغ شده
رجوع آن نماید و از اعالی بدن و دماغ بآن گرداند بعد از آن باستراحت
مشغول شوند و شراب سیف و نرگاه و با بزر روغن زیتون کم کرده جرب کنند و اگر
مقیئی قوی باشد شربت سیب و به و مصطکی برای تقویه بکار دارند و گلاب
و مصطکی بخورند و بعد از آن قی بی وصلت غذا و شربت نخورند بلکه گذارند که
اشتهای صادق پیدا شود بعد از آن غذای لذیذ جید بخورند مثل نخود آب
بگوشت مرغ غذا سازند و از ترشیها هرچه تقویه معده داشته باشد داخل
غذا سازند و بعضی از تدابیر که تعلق بمقیئات قویه دارد مثل خربق
و جبلهنگ چون حافظ صحت را احتیاج بمقیئی قوی نیست ذکر تدبیر آنها
نیز در این رساله حاجت نیست ادویه قی سه قسمست ضعیف متوسط و قوی
مقیئی ضعیف آب گرم است و سکنجبین و ماء الشعیر و مطبوخ شبت و عرق السوس
و مرق و ماء الجبن و عسل مقیئی متوسط طبیخ بیخ خربزه و خیار است و طبیخ بیخ
نرگس و روغن سوسن و طبیخ زوفا و آب تب و تخم خشخاش و روغن
تب و طبیخ تخم حب صنوبر و حب نفد چون هر دو را نیم کوفته بپزند و طبیخ

حلبه و کنجد کوفته و زوفاء خشک و حاشا و بوره و بهری مقیئی قوی
خربق سفید خربق سیاه و جبلهنگ و کنگر و حب الملوک و جوز مائل
و عطیشا و مینج و تنبا که خربق تراشیده در آن نشانیده باشند و شب
گذاشته و حافظ صحت را از مقیئات قوی احتراز واجب است جمله سیوم
در فصد و حجامت و مشتمل بر دو فصل است فصل اول در فصد احتیاج بفصد
بواسطه آنست که گاهی کمیت خون زیاده میگردد و گاهی کیفیتش فاسد میشود
و در هر دو حالت پاره از خون کم می باید ساخت که اگر زیاد باشد مقدارش
باعتدال آید و اگر کیفیتش فاسد باشد چون پاره از خون کم شود باقی
بجهت من بعد تن بصلاح آید و در هر دو قسم بتدابیر دیگر اگرچه اصلاح میسر است
اما تعلل کی دارد و بمدت مدید مدعا حاصل میشود و احتیاج بفصد یا بجهت
تقدم بحفظ صحت است یا بواسطه امراض دموی و محتاج بفصد جهت تقدم
بحفظ جماعتی باشند که مستعد عرق النسا و نقرس و اوجاع مفاصل دموی و
خناق و اورام حلق و ماخولیا دموی و ورم احشا بوده باشند دیگر
کسانی که بآمدن خون بواسیر معتاد بوده باشند و محبس شده باشد دیگر
زنانی که خون حیض ایشان بسته باشد پیش از وقتی که اول وقت آن
جبل سالت یا گفته جا که مذکور شود دیگر کسانی که اعضای باطنی ایشان
ضعیف باشد و سوء المزاج دموی پیدا کرده باشد دیگر جماعتی که بحسب
سحنه مستعد نفث دم باشند یا آنکه در سینه ایشان بعضی عروق شکافته
شده باشد و التیام پذیرفته اما التیام آن استحکام نیافته باشد خوف

آن باشد که چون مقدار خون زیاده گردد بانشکافته شود و نفث
دم پیدا کند دیگر کسانی را که سقطه و ضربه واقع شود که ابتدای احتیاط
و منع ورم فصد باید کرد دیگر کسی که در زمستان شکستگی و تکسر در اعضا
یابد و بعید العهد باشد بفصد خون او کم باید کرد که دلالت بر امتلا کند اما خون
کم باید گرفت و ان مقدار تا چیزی بیشتر باید گذاشت تا مقاومت با برودت
زمستان کند و از همین جهت است که فصد در زمستان ممنوع است و در هر امتلا که
واقع شود فصد نفصد نباید کرد مگر وقتی که بتحقیق معلوم شود که امتلا دموی است
و علامتش سرخی رنگ و انتفاخ ورید و امتلاء نبض و ظهور عروق و آمدن
خون از مواضع سهلة الانصداع مثل پای و دندان و دهان بینی و موضع فصد است
بتخصیص که بعید العهد باشد و تدبیر مقدم دست و بشره و وقت و مزاج
گواهی دهد و اگر خون در بدن کم باشد لیکن کیفیتش فاسد باشد یا بعضی
شرایف متوجه بود فصد باید کرد و خون اندکی کم باید نمود و بغذاهای مولد
خون صالح زیاده باید ساخت و تربیت دیگر روز دیگر باید کشود و خون فاسد
باقی را بالتمام دفع باید نمود و انطاکیه که ایشان از احتراز از فصد وصیت اول
کسی است که خون در بدنش کم باشد تا بحدی باشد محروم باشد که اصلا هیچ
فصد کردن جایز نیست دیگر کسانی که مزاج تعود بلغم بر ایشان غلبه کرده
باشد و اگر غالب سودا باشد چون سودا فی الحقیقه دردی خونست و مصاحبت
خون بخون دفع میشود درین حال نیز فصد کرده اند لیکن فراخ باید
کشود و خون کمتر باید گرفت تا سلطنت خون سودا که ضد اوست باقی باشد

و مزاج سودا بشکند دیگر صبیان که ایشان از پیش از چهارده سالگی رخصت
فصد نداده اند و چهارده ساله را نیز ملاحظه باید کرد اگر بسیار لاغر یا بسیار
لاغر باشد تجویز فصد نمایند دیگر مشایخ را احتراز از فصد اولیست و بعضی
در هفتاده ساله تا هشتاد ساله را رخصت فصد نداده اند در وقت احتیاج
و اعتماد بر قوت و بشره نموده اند شیخ مسیحا گفته یجب ان یحذر فی السن التی قبل
عن الرابع عشر ما امکن وفی السن الشیخوخة ما امکن اللهم الا ان یثق بالسحنة
ولکثرة العضل وسعة العروق وامتلائها وحمرة الالوان فهؤلاء من المشایخ
والاحداث یجترا علی فصدهم والاحداث یفصدون قلیلا قلیلا بفصد یسیرا
و در شهرهای بسیار سرد در وقت زمستان و در شهرهای بسیار گرم در وقت
تابستان فصد کردن جایز نداشته اند و همچنین کسانی که بسیار لاغر یا بسیار
فربه باشند یا سفید پوست یا زرد رنگ کم خون باشند تا امکن اجتناب از
فصد احتراز کنند و همچنین بدنی که مقاساة امراض نموده باشد اجتناب
لازم دانند مگر آنکه در خون او فساد ظاهر باشد که بفصد حاجت شود چون
رگ را بکشایند تا رنگ خون خویش بنمایند اگر سیاه و غلیظ باشد اندکی کم کنند و اگر
کم رنگ باشد در حال ببندند که اگر سد نکنند در آن خطر باشد و همچنین
با امتلاء و تخمه فصد ممنوع است و ماده خام بعروق کشد اگر فصد ضرورت باشد
تنقیه باید کرد که تخمه برطرف میشود و همچنین بعد از حمام و کثرة تحلیل و جماع
احتراز باید کرد و همچنین ثقل بیرون در روده محتبس باشد اول تنقیه
حقنه شمع نرم سازند بعد از ان متوجه فصد شوند و کسی را که زغمه معده

ضعیف باشد یا کثیر الحس باشد یا صفرا در معده اش بسیار متولد شود این
طایفه بی تعهد حال معده فصد نکنند و شتاب نزدیکی ننمایند شیخ فرماید
که فصد این طایفه بی تعهد حال معده خطرناک باشد و بسا که بغشی و سقوط قوة
هلاک شوند و چون هر یکی را علامتی و تدبیری دیگر است اولی آنست که اول
علامت هر یکی مذکور شود صاحب ضعف معده را شهوة طعام کم باشد و
دائم معده او درد باشد و صاحب ذکاوت معده از خوردن چیزهای تیز و ترش
و نافه و چیزهای حاره اذیت یابد و صاحب معدهٔ صفراوی را غثیان دایمی و
قی صفراوی و تلخی دهن و سقوط اشتها باشد این گروه را تعهد حال معده
باید نمود ضعیف المعده و ذکی الحس لقمهٔ نان با رُبّ بخورد که لذیذ طیب
الرایحه چون رُبّ به و رُبّ سیب یا شراب منعنع و امثال آن بخورد و در ساعت
فصد کند و اگر ضعف معده با برودت باشد جلاب و شربت نعنا ممسک
و امثال آن خورد و صاحب تولد صفرا اول قی کند بسکنجبین و آب گرم بعد
از آن لقمهٔ نان با رُبّ که ترش میل کند و ساعتی استراحت نماید
تا از شقت قی کردن بیرون آید بعد از آن رگ بگشاید و جماعتی باشند
که در وقت فصد پیش از فصد غشی کنند سبب آن سه چیز است
یکی ضعف نفس و حس قوة مقصود و حرکت از خون که پیش دیدم
ذکاء حس فم معده که صفرا به تبعیت حرکت خون بجانب که آید و معده بیزد و دائم معده
از آن متضرر شود و اشتها از آن بواسطهٔ کثرت سالکه که جریان فم معده
و قلبست بدل رسد و غشی تولد کند سیوم آنست که در بدن ماده بسیار

باشد به تبعیت حرکت خون بجانب که آید و معده بیزد و دائم معده متضرر
گردد و سبب غشی شود چنانچه گذشت و غالبا سبب اینست که گفته اند که مفصود
می باید که نظر بخون خارج از بدن نکند که بعضی مردم باشند که چون
نظر کنند بخونی که از بدن بیرون می آید غشی عارض ایشان شود
بجهة ضعف قوة و ضعف نفس و فقیر از طبیبی شنیده ام که گفت مریضی را
فصد میکردم و ملاحظه می نمودم که چه مقدار خون دفع میشود چون نظر کرد
مریض بطرف غشی عارض شد تدبیر شخص اول آنست که مردم بسیار
را در حضور او نگذارند که بگشایند تا خوف او برطرف شود و تدبیر شخص دوم
آنست که قی کند پیش از فصد و فم معده را تقویة نماید چنانچه مذکور
شد لهذا در وقت فصد چون قی واقع شود مانع تولد غشی باشد و تدبیر
شخص سیوم نیز همین است و گفته اند که فصاد میباید که بمراعجة قی
کردن و نافه و مشک جهة بوسیدن و دواء المشک شیرین جهة خوردن ناخن
نگاه دارد و اگر شخصی ضعیف باشد و فصد او ناچار بود او را پشت
خوابانیده فصد کنند که قوتش محفوظ بماند و ضعف کمتر عارض شود
و از غشی نگاه میدارد و فصد ضیق برای حفظ قوة بهتر است و گشاده
بر عکس هذا ما ذکر و فیه من بحث تامل و در زمستان و مردم فربه و
کسانی که در بدن ایشان خون غلیظ باشد و کسی که محتاج به تنقیه باشد
فصد گشاده بهتر است و در خلاف این حالات ضیق مناسبتر و چون فصد
در بست واقع نشود یا مقصود مجنون باشد ضیق بسلامت تر است و چون

کسی محتاج بفصد باشد و خون او در کمیت و کیفیت بر وجه لایق باشد اگر فصد
کند صفرا ماده شود و قوة کم گردد و خشکی بدن و خفقان و زبان ظاهر گردد
برطبات مثل ماء الشعیر و تند تدارک کنند و غذا ها که خون افزاید بدهند
که هر خون مناسبت حدة صفرا نباشد و خون نیز بمذهب بعضی زیاده
کرده اند بلکه هر صحیح المزاج حبة استظهار و عنا آن که فصد کند باید کردن
تنقیه معده و تولید خون صالح بالغه نماید و غذائی که این در حالت در او
موجود است اختیار کنند و گاه باشد که در فصد تجنیه و تثلیث حاجة
شود بواسطه کثرت ماده یا ضعف قوة یا استقصاء و تنقیص خون یا
بمبالغه در جذب ماده و تنقیه یا در جمیع احوال محمود داشته اند و قوم بعضی
بجای مانده ماده فاسد را تنقیه کرده اند و در بین مدت طبیعة نیز ماده
واجب الدفع را بمحل فصد نفرستد و غرض از اختیار تنقیه آنست که حاجت
بفصد دیگر نشود چرا که عضو در مرتبه اول از آن آزار یابد اگر فصد دیگر واقع شود
بیان شقیر شود و عضو متزجر گردد و در تنقیه باید که عرق را بنوعی گشا
که التئام او دیر باشد و در مفصلی بطول گشایند و در غیر مفصل شکن و عرض
جلد ملاحظه نمایند و مخالف شکن گشایند خلاف الجماعه برای غیر تنقیه اختیار
کرده اند و اگر نیشتر را بر غوص صیسا نهند یا بپنبه چرب کرده بر محل فصد
نهند جراحت دیرتر ملتحم شود و نهایت تاخیر تنقیه اگر بجهة حفظ قوت باشد
بقدر ضعف و باز آمدن قوة بحال اصلی باید که تاخیر نمایند و اقل مدت
آن ساعتیست و گفته اند که بهتر آنست که دو روز و سه روز تاخیر در تنقیه

نمایند تا قوت باز آید و مواد فاسد بجانب فصد توجه نماید و حق آنست که
چون وقت تنقیه برسد هر چند تقدیم کنند بهتر از تاخیر باشد تا طبیعت
از قصد دفع ماده بجانب عرق غافل نشود و از دفع ماده بجانب فصد باز
نماند و بجهة خواب کردن مواد از ظاهر بدن و اطراف بباطن میل نکند لهذا
گفته اند چون تنقیه ضروری شود در میانه خواب نکنند و مواد این تنقیه است
که در یک روز واقع شود و استفراغ بسیار در تنقیه سبب غشی شود مگر اگر طعام
لطیف قوة را نگاه دارند و اختیار فصد اگر بجهة امتلای بحسب اوعیه و کثرة
مادة باشد حبس خون را ملاحظه کنند هرگاه قوة حبس خون نشده بیرون
آمدن او کم شود وقت بستن باشد و اگر فساد خون بحسب کیفیت باشد لون
او ملاحظه کنند و در رنج و حالت اختلاط دیگر غافل نباشند و چون از فصد
و گرفتن خون فارغ شوند لحظه در همان موضع آسایش کنند و حرکت نمایند
تا صفرا بجا نیاید و بعد از فصد بخواب نروند تا بخار اخلاط متحرک بجهة
فصد در باطن محتبس نشود و شکستگی در اعضا ظاهر نگردد گفته اند از خواب
کردن بعد از فصد حالتی قریب به اعیا و انکسار اعضا ظاهر شود و بعد از فصد
غذای لطیف کمتر از قدر معتاد میل کنند و بجانب تقاضا کنند و ریاضت
ننمایند و بحمام کثیر التحلیل نروند تا در ضعف نیفزاید و همچنین بیش از فصد
حمام ممنوعست بجهة تغلیظ جلد یا تلیین آن و تغلیظ سبب زیادتی وجع
و تلیین سبب لغزیدن نیشتر میشود و در بعضی کتب مسطور است که فصد
بعد از حمام بیق و جرب را می آورد اما بعد یک دو روزی حمام مرطب با اعتدال

نایکده رساند بآب عذب تا تر تطیب کند بهواء معتدل بقایاء مواد
بتحلیل برد تتم الکلام فی العروق المفصوده عروق بدن دو قسمت اند یکی
شرائین آورده اند رگهاست که از جگر رسته است و ساکن است خون را
از جگر باعضا رساند تا غذا بدن شود و شرائین رگهاست که از دل رسته
متحرکست روح حیوانی را از دل بتمام بدن رساند و در شرائین نیز خون لطیف
باشد همچنان که در اورده نیز ارواح باشد و شرائین را بعضی اوقات کشایند
که احتیاج تمام واقع شود جالینوس گفته در فصد شرائین آفت بسیارست رخصت
فصد آن کمتر داده اند بلکه هر وقت که احتیاج بکم کردن خون باشد اورده
را که ظرف حقیقی دم است اختیار کرده اند و عروق مفصوده در بدن بسیار
جایاست یا سی و پنج بر قول بعضی و ابن الدوله عروق مفصوده را اجل وسه
عرق آورده غیر عرق خلف اذنین که جهت قطع نسل کشایند و این عروق
بعضی در سر باشد و بعضی در دستها و بعضی در پایها الحجة از این عرق مشهور
باشد شانزده فصد آن مذکور میشود تا رساله جامع باشد و اگر اجل اهل دهلی
افاده آنست که رساله در خصوص فصد و حجامت بنویسد و شرح آنرا بطول و
عرض بیان کند و منه التوفیق عروق مفصوده از نواحی سر عرق جبهه است و عرق
هامه که آنرا عرق یافوخ میگویند و عرق صدغین و عروق ماقین و عرق خلف
اذنین و عرق ودجان و عرق ارنبه و عرق جاهرک و عرق تحت اللسان
و عرق ناظر که نزد دستکاران مشهور شده عرق جبهه رگیست که در میان
جبهه باستقامة ظاهر شود وگاه باشد که دو شعبه شود یکی از جانب یمین و

یکی از طرف یسار و اکثر در وسط ظاهر شود میان عقد حاجبین ظاهر باشد
فصد او بثقل سر و امراض عینین و درد سر کهنه دایمی مفید باشد بقراط گوید
چون رنج در موخر سر باشد عرق جبهه باید کشود و قروح وجه و درد وجع و جرب
و سبل و داء الثعلب و غلظ اجفان و کلف و جمیع اوجاع سر را فایده دهد
مفصود دستمالی در گردن بپیچد تا عرق ممتلی گردد و میان جبهه باستقامة ظاهر
شود و بطول کشاید که عرق دقیق است و در جمیع عروق باریک این ملاحظه باید
کرد که کشودن بعرض سبب بتر عرق نشود گفته اند بفاس کشایند نصاد فاس
بر عرق نهند و انگشت بر وی زنند اما درین زمانه کار بمبضع میکشایند عرق یافوخ
و او را عرق هامه نیز گویند و در وسط سر باشد فصاد طرف ابهام دست راست
بر پیشانی نهد و سبابه بر مقدم سر هر کجا که برسد محل فصد این باشد اکثر مکسر
تراشیده بدستور دستمال در گردن پیچد و بفاس از طول کشایند فصد او
بشقیقه و صداع و اثبار شعر و سبل و جرب و قروح سر مفید باشد عرق
صدغین دو رگست که در دو صدغ می باشد تجربه آنست که بطول کشایند
فصد او بصداع مزمن و درد قدیم و دمعه و غشاوه و جرب و بثور اجفان
مفید باشد عروق ماقین دو رگست که در ماق اکبر باشد و موضع او زیر
عقد حاجب است با صحتی انف طریق فصد او چنانچه بعضی گفته اند آنست
گردن و میان در کردن مفصود کشد و بپیچد تا رگ نمایان شود و فصاد ابهام
دست چپ بمقدم چشم نهد و مبضع از بالا پایین برد باعتدال و تا از
فصد فارغ نشود ابهام از چشم برندارد و علامت اکثر برعرق واقع شدن

آنست که خون جستن گیرد و اگر به پهنی سیلان کند به عرق واقع نشده
باشد و اکثر مردم نمایان نباشد بحبس بستن دستمال ظاهر شود فصد او بصداع
شقیقه و سهل نمودن و دمعه و غشاوه فایده دهد و از فصد او خون کمتر آید
و اگر نیشتر را بعمق فرو برند بعضله رسد و ناصور گردد و علامتش آنست
که خون در میان ایستد عرق خلف الاذنین نیز بیطرها یدکه سر ترک که حکمت که
از بس گوش نزدیک تر نزدیک رستن موی سر ظاهر شود و یکی ظاهرتر باشد
فصد او ابتداء نزول آب و قروح اذن و قروح مؤخر سر مفید باشد و گویند
که فصد او منع نسل نماید جالینوس منکر این قول است و بقراط در کتاب اهویه و
بلدان گوید ان الصقالبة یقطعون هذا العرق کثیرا الصبیان فیظهر فیمن
یقطع لهم العنة فیزعمون ان ذلک قد طهرهم الله تعالی واصطفاه فیتبرکون
بدعاء عرق ودا جان دو رگست که در دو جانب گردن نمایان باشد
او لبدستمال را در گردن بجله در دو جانب تماثیل دهد و چند گره بکدام
جهة لغزیدن دارد از جهة خلاف آن بکشاید و فراخ کشاید که خون بشرّ دوری
غلیظ باتم وجهی بیرون آید لهذا فصد او در ابتدای جذام بسیار نافع
بود و بخناق عظیم سود مند باشد و بضیق النفس و بهق و برص اضعفراو
دم و ذات الریه و علل الطحال فایده دهد و پدر پایمن او عرق ساقی است
بملاحظه باید بود عرق النسا در عضو و سهنی که انفتاح آن
ظاهر بود واقع باشد بعد از خنق نیشتر فرو برند از فصد او خون اندک
آید و تکلف بسیار کم لون دیر پاسیر بخارید بسی فایده دهد

آنرا بیان باشد که حماقی کرده شیمه بسبب فصد او درد و رگ ظاهر
شود بعضا تیش زیاده از منفعت کرده و چهار رگ دیگر که از اندرون
لب بالا دو رگ که از اندرون لب پایین کشایند بایش دهن و اورام
بثور و بحار لثه و شقاق مفید باشد بعد از خنق کشایند عرق تحت
اللسان الجه بر نفس زبان باشد فصد او بثقل زبان که از خون باشد نافع
بود و بخناق و اورام لوزتین فایده دهد و عرق تحت لسان که بر
باطن ذقن باشد فصد او بخناق و اورام لوزتین نفع رساند عروق ناظر
در کتب این اعضا مسطور نیست متعارف شده که نزدیک بحاجب بیست
را بکشند نیشتر را از یکطرف بجانب دیگر بگذرانند و عوام این رگ را
گویند وجهه امراض چشم کشایند و غالبا از عرقها قیفال است که بطریق علاج
می کشایند عروق مخصوصه از دست شش است قیفال و اکحل و باسلیق
و حبل الذراع و باسلیق ابطی و اسیلم قیفال عرقی است که نزدیک فوقانی
جانب انسی و بالای ساعد نمایان شود و فصد او باسلامت تر از دیگر عروق
باشد بعضی گویند که از مابض مرفق گذشته از جانب ساعد کشایند و
علامه نیز از کی بر آنست که از بالای مابض کشایند از جانب عضد تا از
ضرر عضله و عصب ایمن باشد و گفته اند که عرق را بجانب وحشی مایل سند
تا از ضرر عضله و عصب ایمن باشد و گاه باشد که قیفال در شیب عضله
پنهان باشد و نمایان لهذا اکثر مختفی نیز میخواستند این هنگام حبل الذراع
که خلیفه اوست باید کشود و نفع او کمتر از قیفال است و فصد قیفال

بامراض مانق جنبر کردن ایشر ود ماغ نفع رساند وانجانب اسفل ان
حوالی جکر وشراسیف نفع او نکند واکحل رگیست که مابین قیفال وبالای
بالای باسلیق مادیان ظاهر شود وان وسط انسی ساعد بالای مایل تر باشد
مرکب باشد ان قیفال وباسلیق جمیع بدن را پاک کرداند وان ایمن کبد وان
ایسر طحال نفع رساند باسلیق که آنرا مادیان گویند رگیست که ظاهر شود
پایین تر ان اکحل وان میان ساعد باسفل مایل تر باشد در شیب او شریانست
در فصد او احتیاط باید بوجه بمه بدن را حشاپاکی سازد وانجانب راست
بسدهٔ جگر واورام واوجاع جگر واحشا نافع بود وانطرف چپ باوجاع
وعلل طحال که سبب آن دم سوداوی باشد فایده دهد باسلیق ابطی
رگیست که ظاهر شود میان اسفل ساعد وانسی او وشعبه از باسلیق باشد ودر
نفع خلیفه باسلیق مادیان باشد و گویند بوجع فواد که سبب آن خون فاسد
باشد وشوصه واوجاع صدر وریه مفید باشد وحفاکنه از باسلیق دارد
اگرچه در شیب او عصب وشریان نیز باشد حبل الذراع رگیست کشیده از انسی
ساعد بجانب بالا و دیگر گذشته بطریق وحشی ساعد ودر حوالی او شریان و
عضله و عصب نیست وحفظ او اولی که باشد انا زوالست و فصد او دشوار باشد
نظر باید کرد که بکدام طرف می‌جهد ان فصد ان جهت فصد کنند نفع او مثل نفع
قیفال است اما کمتر ان و اسیلم الجای کلام شیخ الرئیس که در تشریح آورده
فهم میشود آنست که رگیست میان خنصر وبنصر در تشریح میگوید که اکحل
دو فرع میشود اعلی واسفل اسفل می‌آید بجانب زند اسفل وسه شعبه

یکرد دو شعبه می‌آید بمیان وسطی وسبابه و فرع دوم اسیلم است
متفرق میشود میان وسطی وبنصر و فرع سیوم می‌آید به بنصر وخنصر
و علامه شیرازی در بحث فصد میگوید اسیلم رگیست میان خنصر وبنصر
و مشهور انیست وانجا نیز منقولست که فصد اسیلم انجانب راست جگر و
انجانب چپ طحال مفید است و وجه ان میگویند که سبب آن جذب محاذی
رعایت بعداست در دین تاملست عروق مفصوده از رجل مشهور عرق
النسا وصافن و عرق مابض است عرق النسا رگیست کشیده بفخذ انجانب
وحشی تا کعب نزدیک بکعب ظاهر شود و طریق گشودن او آنست که اول ران
تا بالای کعب بپارچه انگشت بنوان بی بهن به پیچید که رگ نمایان گردد ترنزدیک
کعب وانجانب وحشی گشایند و هیچ کشایند و عمق بزنند که گوشت
درین موضع کمتر و عصب او ندارد یکی ازین موضع باید بالای کعب یا پایین
کعب یا میان خنصر وبنصر از ظاهر قدم بطول کشایند تا ان ضربت عضله
و عصب و شرایین باشند و نفع او در وجع عرق النسا ونقرس ودوالی
و دا الفیل بسیار است واگر عرق النسا ظاهر نشود شعبه او که میان خنصر
وبنصر نمایان شود بگشایند صافن رگیست کشیده انجانب انسی بر ساق تا
کعب وان عرق النسا نمایان تر باشد از بالای کعب بپارچه انگشت یا بر نفس
کعب یا پایین کعب هرجا که نمایان تر باشد بطریق عرق النسا از طول
کشایند نفع او در جذب مواد از عالی بدن باسافل و ادرار حیض بسیار
باشد شیخ میفرماید که قیاس آنست که عرق النسا وصافن در نفع یکسان

باشد اما نفع صافن بیشترست و تجربه بران شاهد شده مخفی نباشد
که فصد صافن در ادرار حیض نفعش بیشترست و فصد عرق النسا در وجع
عرق النسا انفع است عرق مابض رگیست در اندرون رکبه که آنرا
مابض گویند طریق فصد او چنان باشد که ران را از بالای مابض محکم ببندند
تا رگ ظاهر شود در موضع مفصل و بطول کشایند و فصد او نزدیک بصافن
باشد الا آنکه در اوجاع مقعد و بواسیر و ادرار حیض بیشتر فایده دهد و
تجربه شده فصل دوم در علامت حجامت حجامت علاجیست تخصیص و بدنی
که خون او رقیق مانند که باشد مثل اطفال و همچنین در بدنی که ماده در تحت
الجلد باشد و از حضرت صلی الله علیه و آله و سلم منقولست که فرموده اند که جبرئیل
وصیت نمود مرا بحجامت بمرتبه که گمان بردم که واجبست و فرموده اند که حجامت
زیاده میکند عقل و قوه حافظه حجامت دو نوع است باشرط و بی شرط
باشرط آنست که بعد از مکیدن محجمه تیغ زنند و خون بیرون کشند بی شرط
آنست که بمکند اما تیغ نزنند و در هر دو قسم تخصیص قسم دوم قسم باشد
با نار و بی نار اول آنست که فتیله افروخته در محجمه نهند تا منطفی شود و
هر چند هوای محجمه خشک شود جذب عضو کنند و بی نار آنست که آتش نهند
بلکه بمکیدن و مص هوا جذب عضو نمایند اما حجامت باشرط در جاهائی
که فصد کردن اشتراک جاین نباشد مثل حجبتین (?) صغار بجای فصد باشد
در کم کردن خون و در حجامت باشرط اگر تقلیل خون جذب ماده نیز مطلوب
باشد اگر مرض در مقدم سر و چشم باشد محجمه بر موخر سر باید نهاد و اگر علت

در موخر باشد و در مقدم نباشد حجامت بر قفا باید نهاد تا جذب ماده از
سر کند و اگر خواهند که جذب بموضع بعید باشد محجمه بر کاهل نهند و اگر خواهند
که متوسط باشد محجمه میان شانه نهند و محجمه بر ساعدین و ساقین نهند جهت بعضی
امراض این مواضع چنانچه مذکور کرده و در حجامت باشرط اگر احتیاج به بیرون
کردن خون بسیار باشد شرط غایر باید و بعدد بسیار و همچنین اگر خون غلیظ
شرط غایر و واسع باید و اگر احتیاج به بیرون کردن خون کم باشد شرط
باید که غایر نباشد و همچنین اگر خون رقیق باشد و در معتدل متوسط
باید و حجامت بوجهی دیگر دو قسم است ضروری و اختیاری ضروری
آنست که امر یا مرضی محتاج الیه باعث آن به تقدیم و تاخیر در آن
نکنند و اجرای احکام در اینجا عبث است و اختیاری آنست که تقدیم و تاخیر
در آن بکنند درین قسم شش شرط اعتبار کرده اند اول مراعات وقت
گفته اند حجامت باید که محل استقبال و در وقت ازدیاد نور قمر و حرکت مواد باشد
و میل بظاهر بدن و در اول و آخر ماه منع کرده اند و بعضی گفته اند که بهتر
آنست که از وسط ماه چیزی بگذرد تا لطیف صالح اخلاط متوجه باطن شود
و غلیظ کثیف در تحت الجلد بماند و بحجامت دفع شود و این حکم موافق شریعت
است و در مکارم الاخلاق مسطور است که حجامت در سه شنبه هفدهم ماه
و نوزدهم و بیست و یکم موجب شفاست از بجای تمام سال و در فصد
این امر را رعایت نموده اند هر چند استفراغ فصد اتم است و ملاحظه
وقت در او اهم و وجهش آنست که استفراغ فصد از باطن بیشتر است بخلاف

حجامت که استفراغ از ظاهر تحت الجلد باشد و تکاثف جلد که بجهة قلت
ورزش و وقت اجتماع حادث شده در حجامت مانع اخراج خون شود
بخلاف فصد شرط دوم آنکه در ساعت دوم و سیوم از روز باید که اعدل اوقات
نهار است پنجم آنکه در تابستان باشد که مواد به تحت الجلد بیشتر مایلست و در
زمستان از حجامت احتراز بیشتر از فصد باید کرد که درین فصل جلد کثیف
شده مواد رو بباطن مجتمع است چهارم آنکه شخصی باشد که خون او غلیظ باشد
که حجامت لطیف او ببرد و کثافت بیشتر کرد پنجم آنکه معده را به شربتهای قوی که
مناسب شغلش باشند تا صفرا و مواد رقیق معده نیز در عضو آن بدل
نشود مثل این حالت در فصد بیان واقع شود بعضی مردم را در حجامت غشی واقع
شود و کسانی باشند که در حجامت این حالت داشته باشند و در فصد نداشته
باشند ششم آنکه پیش از ده سالگی و بعد از شصت سالگی حجامت نکنند شیخ
سینها یدو الصبی یحجم فی السنة الثانیة و بعد ستین سنة لا یحتجم البتة علامه
نیز از کی فرماید که سبب آن استیلای غلظ و کدورتست بر مواد بدن درین
دو وقت و وجهی دیگر آنست که درین دو وقت اعصاب ضعیف است و
حجامت بیشتر بمحل عصب واقع میشود و این وجه بیجا است هفتم آنکه کسی
که فربهی او از شحم باشد حجامت نکند که خون در بدن او کم باشد تخصیص
خون لطیف که ماده روح است و حجامت بیشتر لطیف مستفرغ میشود هشتم
آنکه در حمام حجامت نکنند سببش در شرح قطبی مسطورست که جلد بر می آید
نگین میشود محتاج بشرط عمیق مولم میشود و این وجه خالی از ضعفی نیست

وحق آنست که تحلیل حمام سبب ازدیاد ضعف میشود دیگر آنکه ابتلال
موضع جرح مانع التیام تفرق است و اگر مواد بدن غلیظ باشد
حمام رفتن مفید است لیکن اول بحمام روند و بعد بیرون آیند ساعتی
صبر کنند بعد از آن بحجامت مشغول شوند و آنچه در حجامت اجتناب
از آن واجبست یکی آنست که پیش از حجامت تخم مرغ نخورند دیگری
آنست که بعد از حجامت بحمام نروند که بتجربه یافته اند که این دو عمل لقوه آرد
و فایده حجامت آنست که اضعاف او کمتر از فصد است و تنقیه او از نواحی
جلد بیشتر است هر چند تاثیر او نسبت بعضو محجوم بیشتر از فصد است و در
حجامت چون خون رقیق بیشتر دفع میشود فایده او در بدنی که خون او
غلیظ باشد بلکه مضرت رساند اما بدن معتدل اللحم را فایده بیشتر دهد
و حجامت ضعف بیشتر از فصد آورد بتقدیر آنکه خون در هر دو برابر مستفرغ
شود برای آنکه در حجامت خون لطیف که ماده روح است خارج میشود و اخراج
غلیظ باقی روح کمتر حاصل میشود بخلاف فصد که در وی خون غلیظ بیشتر دفع
میشود و از همین جهة است که گفته اند که حجامت مضعف عضو محجوم است و
بسیار باشد که مثل برص بجهة ضعف قوة مشبهه تولد کند بتخصیص در بدن
فربه که خون غلیظ باشد و غذای روح در آن بدن اندک و از آنجا که
حجامت مضعف عضو محجوم است خاتم انبیا صلی الله علیه و آله میفرماید فان
مؤخر الدماغ موضع الحفظ و یضعفه الحجامة هامة مضعف فکرست و پس
مقدم بدن مطلقا مکروه است بتجربه دانسته اند که بحبس ذهن آفت

برسانند و استعمال حجامت بحسب مواضع بدن مختلف کردد و هر یکرا منفعتی
خاص باشد وجهت بعضی امراض نافع باشد وشاید که بعضی ازان منافع بتجربه
یافته باشند و بدلیل عقلی بران جا یکیا نتوان ساخت حجامت مقدم سر موضع او
نهری است از مفرق حاجبین تا وسط سر نافعست به ثقل تمام بدن و بجز این شاید
در وار [illegible] نافع بود بجهت استفراغ از نفس عضو و بوجع کلیتین و اورام خصیتین
فایده دهد بواسطه جذب بخلاف جهت و بالخاصیته بابتدای جذام نافع باشد
ودرین موضع شریانست بملاحظه تیغ باید زد که بشریان واقع نشود و اگر بر
شریان واقع شود خون ان منقطع نگردد و اگر منقطع شانند بیم [illegible]
مضرت رساند حجامت قمحدوه که آنرا [illegible] میکنند وحجامة قمحدوه که آن
برآمدگی پس سر است باختلاط عقل و دوار و کندی لون وجه و کدورة
حواس وعلل عین و قروح وجرب و سیلان و [illegible] و سبل وثقل سمع و [illegible]
وحکة اذن ونتن انف وصداع و اوجاع [illegible] نفع رساند و گویند شیب
بطیء شیب شود و تیغ زدنها باید که این حکم بحسب امزجه مختلف است و در اکثر
سرعة شیب است وجهت [illegible] آب اگر بیش از حرکة جمع ماده و بعد از
نقاء بدن باشد شاید که فایده رساند و در غیر این حال زیان بسیار
دارد حجامت نقره قفا بعد صبیان [illegible] و وجع اذن و ورم
[illegible] ثقل جفن [illegible] اجفان [illegible] سبل وسلاق
نافع باشد و تیغ [illegible] باید فلیستعمل القریبة [illegible] الکاهل یعنی چون
حجامت بنقره قفا کنند اندکی پایین تر مججه نهند تا از ضرر حفظ [illegible] شوند

و چون بکاهل نهند که آن موضع راس [illegible] صدرست اندکی بالاتر نهند
تا از [illegible] شوند حجامت اخذعین و آن دو شعبه از وریدیست
در دو جانب گردن حجامت او نافعست به ورم لثه و دهان و وجع اضراس
و دندان ورمد و وجع [illegible] و مداومت بران رعشه تولد کند و بیاض در
موضع حجامت پیدا شود حجامت اذنین و آن تیغ زدنست بکنار گوش و طریق
حجامت او انست که [illegible] مال در کردن کند و [illegible] تاب دهد و [illegible] آورد
تا خون بجهت میل کند بعد از ان سر گوش را نیک بمالند تا سرخ شود آنگاه
پشت سر گوش را بانگشت [illegible] از غضروف گوش [illegible] دارد و تیغ زند
ملاحظه کند که سر تیغ به غضروف نرسد که زخم آن دشوار به شود و باید که
زخمها از یکدیگر بسیار دور و بسیار نزدیک نباشد بلکه فاصله بمقدار طول [illegible]
می باشد [illegible] گوشت [illegible] زخم [illegible] پانسش زنند و بعضی از ارباب تجربه
گفته اند که زخم گوشها در طاق و جفت مختلف باید اگر هر دو گوش را حجامت
کنند و وجهی ظاهر ندارد و اگر زمستان باشد [illegible] گرم سازند و اگر
خون کم آید [illegible] خون را [illegible] سازد و [illegible] رساند که خون
بیرون آید وچون خون بمقدار لایق [illegible] بگیرند [illegible]
راست بنشینند و [illegible] بیرون جهانند و اگر خون باز نایستد [illegible]
را با آب سرد بشویند [illegible] خشک سازند و چون [illegible] بر جراحت
[illegible] باشد بگذارند که چون ملتحم شود خود بیفتد و حجامت اذنین بدرد
سر کهن و ثقل اجفان نافع است [illegible] و گفته اند بالخاصیة به تب ربع نافع باشد

حجامت ذقن بعد از فصد و تنقیهٔ بدن باید که این هنگام بجوشش دهن
و ورم لثه و قلاع و بخر نفع رساند و تا این هنگام نضج حاصل باشد حجامت
کاهل و آن حجامت فقار صدر است با امراض سوداویه و تنگی نفس و خفقان
فایده کند و گویند ضعف فم معده است لهذا شیخ فرموده و لضعف الکاهلیه
تا ان فم معده در هر شوند لکن اکثر جز امراض ریه و نفث دم حجامت کنند که این
هنگام باین تجربه باشد تا به محاذات ریه واقع شده که نفع حجامت کاهل امراض
سینه و بطون موی بسیار است و گویند که حجامت کاهل خفقان آورد بجهت شرکت
دل با فم معده و صاحب کامل گوید که حجامت کاهل بخفقان حار و ضیق النفس
و امراض سوداوی نافع باشد حجامت منکبین صاحب کامل گوید در حجامت
این دو موضع مقدار خون از پنجاه درم باید که فوت تا صد درم بحسب ابدان
در مرتبهٔ قوة و ضعف بر قدر حاجت و بنا در خون ده یا اخراج خون اسراف
نکنند که بسبب ضعف قوة ریه و ضعف معده و جگر میشود و [illegible]
و استسقاء و فالج می آورد و خفقان و ضعف قلب و ضعف بصر می آورد و بهق
ابیض تولد میکند و حجامت بر منکب ایسر به اوجاع طحال و حمی ربع و ازدیاد
سوداء نافع باشد حجامت بین الکتفین صاحب کامل گوید نافعست بشقاق
لبین و بجستن مواد بقدمین و نقرس و دوالی و قروح و حیض باز ماند حجامت
ناعض و آن موضعی است که دست راست از جانب چپ بطرف خلف مایل باسفل
تا آن منتهی شود و همچنین موضعی که دست چپ از طرف راست از جانب خلف مایل
باسفل تا آن منتهی شود حجامت این موضع را حجامت ناعض گویند از جانب

یا دو شراب سیر و ورم طحال نافع باشد و از جانب راست بحرارت جگر و اورام
او حجامت قطن بین الورکین به بواسیر و سیلان دم و ورم مقعد و ضربان
مقعد و نقص حیض و اوجاع و اورام رحم و بول دم و حرارت گرده و حرقهٔ
بول و ورم انثیین از خون فاسد و دمامیل و حرب البقر مفید باشد
و حجامت اسفل آن در وقت حاجت باشد بیاره مضرت نرساند و اگر در غیر وقت
حاجت باشد جز ضعیف سازد و که لاغر کرده اند سبب کرده و بگدازد باه
ضعیف سازد و گفته اند که حجامت قطن بالای و بی نار باشرط بهتر است
حجامت بین الثدیین بنقص حیض بیار نافع است شیخ میفرماید که بیان
باشد که محل نهادن محجمه ورم کند بجز استن ابتدائی باشد مثل این
حالة در حجامت حالی شد بین بیان واقع شود که از برای تنقیض حیض زنان
نهند لهذا واجب آنست که محجمه بنقص ثدی نهند و حجامت این حالت واقع شود
اسفنج یا خرقه با آب گرم تر کرده بر حوالی محجمه بنهند حجامت فخذین صاحب
کامل گوید طریق حجامت او آنست که بنشینند و پایها دراز کنند بیکدیگر
بچسپانیده و محاجم بر اعالی فخذین بنهند بر خارج فخذین و اربیتین
و احتباس حیض نافع باشد شیخ میفرماید از قدام منفعت خصیتین بیشتر
و جراحات فخذین و ساقین نافعست و از جانب خلف بشقاق و بواسیر و
جراحات الیتین نفع رساند حجامت رکبتین صاحب کامل گوید زانوها
نشکند و تخدیر رساند و محجمه را بطرف استخوان فخذین بنهند قریب بمفصل
بر دیدن زانو و ثقل او نافع باشد بجراحات و قروح ساقین فایده دهد

حجامت ساقین صاحب کامل گوید یک شبر بالای کعب باید یا بقدر چهار انگشت
پایین رکبه بر ظاهر ساق و ایستاده حجامت باید کرد که تا خون بیرون کند و شرایط
آنست که پیش از حجامت بحمام رود و آب گرم بر ساقها بریزد و اندکی تردد بکند
که خون رقیق شود و باسافل میل کند و بکرسی نشیند و محاجم ترتیب بسی نیت مص
کند بعد از آن تیغ زنند و خون استاده بیرون کنند و حجامت ساقین نافعست
بماده سودا و خبث نفس و سکته و صرع و نقصان ذهن و تقویت باه و جرب و سعفه و
خارش بدن و ظلمت بصر [illegible] و وجع عرق النسا حجامت رسغ بر [illegible] رسغی
محجمه بنهند و مص بسیار کنند بعد از آن تیغ زنند و نیم رطل خون بیرون کنند
چنانچه گفته اند بجهت جرب و شری و حکه و سعفه و شقاق بدن نافع باشد حجامت
مقعد بجهة مقعد و بواسیر و اورام و اوجاع امعا و وجع ظهر و [illegible] نافع باشد
و حیض براند گفته که عجز [illegible] نیست [illegible] و ضعیف سازد و علامه شیرازی
میگوید که اعتماد در منافع و مضار حجامت بتجربه است نه قیاس و بعد از فراغ
از حجامت ساعتی صبر کنند بعد از آن غذا میل کنند و حجامت بر اعالی بدن
این میکردند انرا بختین نفولد با سافل بصفرادی المزاج جون از حجامت
فارغ شود انار دانه و آب انار و کاشنی [illegible] و امثال آن میل کنند و حجامت
[illegible] در چند موضع اختیار میکنند یکی آنکه برای جذب ماده بخلاف جهة حرکة
ماده مثل نهادن محجمه بر تحت ثدی جهة حبس [illegible] حیض [illegible] ابرای
مثل ماده دوم از باطن بظاهر مثل نهادن محجمه در ذات الجنب [illegible]
سیوم از برای رد عضو بموضع خود مثل وضع محجمه بر فقرات عنق در وقت [illegible]

آن از موضع خود بداخل چنانکه در تسخین معده و تحلیل ریاح [illegible] انبای سکین
وجع مثل نهادن محجمه در عرق النسا بر باطن فخذ یا [illegible] از [illegible] اشتداد وجع
تا ماده وجع از حق [illegible] یا از عرق بظاهر فخذ جذب شود و در تسکین بلیغ حجامت
با نار و بی نار اختیار کنند که اراده نمایند که مواد را از [illegible] بخارج جذب کنند
جذب بی نار قوی [illegible] آنست که محجمه با [illegible] کوچک اندرون و آتش را با آب [illegible]
و پنبه یا [illegible] و آتش [illegible] در داخل قدح [illegible] موضع مطلوب بنهند که جذب
میکند عضو را بمرتبه که [illegible] میشود [illegible] آنست که [illegible]
نهند تا [illegible] جذب و [illegible] نافع باشد بعض و قولنج
صعب [illegible] ارحام [illegible] بوجهی که زنان در حالی [illegible] در
وقت آمدن حیض جهت غلظ و بعض [illegible] حیض بر ارحام نافع بود و اگر بر
مقعد نهند بر مقعد [illegible] غلیظ نافع باشد [illegible] قولنج باکی سازد و این
محجمه را دو ساعت باید گذاشت و اگر خوف اذیت باشد بردارند و باز اعاده نمایند
و محجمه باید که [illegible] باشد اگر عضو بزرگ باشد محجمه بزرگ باید و اگر کوچک باشد
کوچک باید فصل سیوم در علق یا اعضا نهادن چون علق بنهادن اعضا [illegible]
بیان [illegible] و نفع بسیار دارد و حال مردم آنست که جمیع اعضا میتوان
نهاد [illegible] آنرا اختیار میتوان کرد و حال که چنین نیست چنانکه بعضی انواع
سمیه دارد [illegible] بعضی اعضا نهادن [illegible] میرساند اولی آنست که قانون آنرا
[illegible] که [illegible] آن [illegible] باشد [illegible] کامل بیان نماید [illegible]
باید دانست که چون خون زیاده شود یا فاسد گردد و محتاج [illegible] شد [illegible]

او دیگر مو بدن باشد یا در باطن یا در هر دو یا بینها در قسم اول حجامت نافع
باشد و در قسم دوم بمسهل فصد نفع رساند و در قسم رابع علق نهادن انفع باشد
و اصناف علق مختلف باشد در سمیت و عدم سمیت اما سمیت بسیار است از ان اجتناب
باید کرد و علق را پنج علامت باشد که نشان ردائت او بود اول آنست که عظیم
الراس باشد دوم آنکه رنگ او سبز یا اکحل سیاه باشد سیوم آنکه زغبی باشد و ماشد
زغب تنا کرد و اول طرف بسیار زرد بطفران ظاهر باشد چهارم آنکه شبیه باشد
بماهی و آن نوعی از ماهی دریائیست که اهل مصر آن را ثعبان البحر میگویند پنجم آنکه برو
خطوط لاجوردی باشد شبیه به بوقلمون و آن ماهی آبی است معروف و مصری گویا
الوان مختلف از وظاهر شود از زرقه و لاجوردیه و خضرة بتجربه یافته اند که درین
اصناف سمیت است و بعضی گفته اند که اجتناب کنند از علقی که در آبهای زیرجی
حائی ماوی داشته باشد اما نوع محمود که در معالجات تجویز کرده اند اول
طحلبی است که در آبهائی که طحلب بسیار داشته باشد ماوی کند دوم ضفدعی است
که در آبهای پر ضفدع ماوی دارد و بعضی این قسم را مذمت کرده اند شیخ الرئیس
فرماید و لا یلتفت الی ما یقال ان الکائنة فی میاه المضفدعة ردیة علامه قرشی
در شرح قانون میگوید که اعتماد در جمیع اینها تجربه است چنانچه اهل هند تجربه کرده اند
تحقیق نموده که علق سیاه ضفدعی محمود است و بهتر از غیر ضفدعی است
سیوم آنست که ماشی باشد یعنی منقط باشد شبیه بلون ماش و بر بالای او سبزی
باشد و دو خط زرد زرنیخی بر پشت او کشیده باشد چهارم آنکه اشقر باشد
و مایل به استیر باشد خالی از زاویه پنجم آنکه کبدی اللون باشد ششم آنکه

شبیه باشد بلحی که جک دیلون هفتم آنکه شبیه باشد به ذنب فاره و دقیق استداره
هشتم آنکه باریک کوچک سر باشد و از جمله اینها آنکه شکم او سرخ باشد علی الخصوص
که در آب جاری باشد بهتر از آنست که پشت او سبز باشد و بعضی گویند که بهترین
علق آنست که رنگش به سرخی زند و بیاض در او نباشد و ناصع اللون باشد و جهت
بر عضو نهند و رنگ بیاورند و خون بیاورند کشد و چون عضو را کند از خون خالی
کرده باشد تمام می کنند و طریق علق نهادن آنست که چون علق موصوف
بصفات پسندیده پیدا شود یک روز نگذارند تا گرسنه شود بعد از ان خون بره
با بدهند که اندکی غذا سازند و بجهة خون شعوف کرده بعد از ان علق
را در آب صاف اندازند که پاک شود و لزوجات او را با سفنج پاک سازند و موضع
مطلوب را بمالند که سرخ شود و علق بر ان نهند تا بگیرد و خون بکشد و اگر موضع
با نشتر تی بکنند و گل سرشته با بالا که خون بران موضع مالند که بشتر بگیرد و خون را
بکشد اندکه که ممتلی کرده و جذب عضو را بگیرد و باز نگذارد نمک و خاکستر کتان
سوخته یا پشم سوخته و بعضی هر کدام که باشد بر علق افشانند فی الحال عضو را بگذارد
و چون از علق نهادن فارغ شوند محجمه بر موضع لسع او بنهند تا پاره خون که اثر سمیت
او دارد بکشند و اگر خون محتبس نشود و باز نه ایستد پای آنکه بحسب اتفاق بر فوهه
شرائین و عروق کبار واقع شده باشد مازو سوخته و خاکستر و زاغ سوخته و دیگر
حابسات بران انداختن و بعضی گویند که به ضعیف بدن و طفل صغیر و شیخ فانی
علق نباید نهادن و استعمال او در هر وقت طریقی دارد در امراضی که از سودا و
محترقه از خون فاسد محترق حاصل شود و در بدنی که قروح و بثور و سوء ایکیا

سبز رنگ تولد کند در حمام گرم نهند و در زخم کهنه متعفن بر حوالی جراحت
نهند و در قوبا و خنازیر که جمع شده باشد و هنوز متقیح نشده بر موضع علق نهند
بر خنازیر منفجر اگر دهن جرح گشاده باشد بر حوالی جراحت نهند و اگر دهن
جراحت تنگ باشد و چون که بگشاید یکی آید بر دهن جراحت نهند در آفتاب گرم
یا در حمام و در دمامیل ظاهری یا باطنی در حمام نهند و در علة سرطان بر موضع ورم
و انبیای نواصیر بر حوالی جراحت و انبیای تا یکی چشم نشود آب در میان دو چشم
نهند و در امراض بینی بر حوالی بینی نهند و در حجب و خنازیر اجفان بر ماق
نهند و بر اجفان نیز نهند و جهة ضیق النفس و مداواه نفس که از خون باشد
بر موضع نحر نهند و در وجع نقرس بر موضع علة نهند و علق هفت مرتبه از
پوست و جلد سوراخ میکند و خون فاسد را از تحت الجلد و عظام و عروق و جع
میکشد و از فصد و حجامت نفع او بیشتر است اگر بر وجهی نهند که باید چراکه جذب
و مص در علق بیشتر است و از عمق بدن ماده بیشتر جذب میکند و اهل تجربه
از گذاشتن علق بر بعضی اشیا نفع یافته اند چون بر میان سر نهند از
جمیع جسد خون کشد حتی اگر از اعضا و معقد و رحم و مثانه و خصیه رسد و باخلاط
مقل بود نافع باشد و بر لحد روی نهادن بهترین مواضع است و بر هر موضع
که تجویز حجامت نموده اند علق نهادن جایز داشته اند و اعضائی که علق بر آن
نهادن ممنوع است نگفته و علاقه تا جیه حکیم بسیار بر حوالیهن [illegible] هر کس
که علق نهد باید که از مباشرت با [illegible] احتراز کند و از ان اجتناب نماید که بسیار
علة از اخلاط جمع شود انیست احکام [illegible] در باب علق نهادن چون مشتمل

بر فواید بیان بود بتمامه نقل شده جمله جوامع در بول سابقا گذشت که شرب
آب جهة تغذیه نیست بلکه از برای طبخ غذا و بدرقه او است و آب چون وارد
معده و جگر شود طبیعت نایده [illegible] ان را حاصل کند بگرده و مثانه فرستد
تا از انجا طبیعی بول دفع شود و دفع بول در قلت و کثرت و سرعت و بطوء اگر بر
وجه لایق و قدر اعتدال بود علامت صحت بدن باشد و بحسب اختلال طبیعی بگردد
خواه بکیفیت و خواه بکمیت و بدانکه آن مشغول باید شد اما تغیر بول در کمیت آنست
که بسبب مقدار بیشتر آید یا کمتر آید یا محتبس شود و اصلا نیاید یا اندک آید اما به عسر
و دشواری بسبب کثرت بول یا کثرت شرب آب بود یا حرارت گرده و مثانه که مائیت
را بیشتر جذب میکند یا برودتی باشد که بر کبد غالب باشد و مائیت در خون بیشتر
پیدا شود و گرده و مثانه بیشتر جذب کند یا ضعیف قوة ماسکه باشد یا قوة دافعه
بسبب احتباس بول و قلت و عسر آن نقیض اسباب مذکوره بود یا شده قوة
ماسکه باشد یا تثبث خلط غلیظ لزج یا رمل و حصاة و دیگر بول یا حدوث
ورم چون این اسباب ضعیف باشد سبب عسر شود و چون قوی باشد سبب حبس
گردد اما تغیر بحسب کیفیت یا در لونست با که سفید گردد یا سیاه شود یا سرخ یا سبز
و از لون اعتدال که آن اترجی است بگردد و اگر تبنی شود متکثر از اترجیت
کند باشد دلیل برودة بود اگر بالاتر رود و هرچند سرخ تر میرود تا باشد
حرارة بیشتر بود و بحیثی که [illegible] مانند سیاه [illegible] دلیل حرارة
باشد سیاه نیز میزهایل بکدورة دلیل برودة باشد و یا تغیر در رایحه است
عدم الرایحه دلیل برودت و حادالرایحه دلیل حرارة و متعفن دلیل عفونت

یا قروح در مجاری بول و یا تغیر در قوام است یا آنکه رقیق تر شود یا غلیظ تر گردد
اگر رقیق شود سبب آن سردی است یا تلذع ماده یا رجوع ماده غلیظ در بدن و اگر
غلیظ تر گردد سبب آن کثرة ماده است یا نضج ماده غلیظ و انفجار اورام و اختلاط
ماده و چرک با بول و چون بول از عادة اصلی و حال طبیعی بگردد تفحص هر یکی از
اسباب نموده بتدارک کوشند اگر سبب کثرة بول دفع طبیعت باشد بدن با آن
خفت یابد و راحت بیند حبس آن نباید کرد لکن اگر از آن مخافت و ضعف طبیعت
ظاهر گردد در این هنگام بتدبیر آن مشغول شوند و از انواع سلس بول و سستی
عضله مثانه و کثرة بول سعوفی که آنرا ماسک البول گویند مناسبت صفت
بلوط • طراثیث • سعد • کندر خشک • هر یک پنج مثقال • تخم کاهو • اقاقیا • کندر هر یک مثقالی
نکوشل جمیع کوفته و بیخته سفوف سازند و اگر بول کمتر آید مدرات حاره و بارده
و مفتحات بحسب اقتضای وقت بعمل آرند و مدرات اینست تخم خیارین • تخم خربزه
رازیانه • تخم کرفس • انیسون • فطراسالیون • اسارون • اذخر • مشکطرامشیع
زوفا • سیسالیوس • سلیخه • بیخ فراسیون • کاینطس • کمادریوس • پرسیاوشان
نمایند طیبه و بعضی کسان باشند بتخصیص اطفال و احداث که در جای خواب بول
کنند ازالۀ آن آنست که تدبیر آن بر وجه اختصار اینجا مذکور شود اول آنکه باید دانست
که سبب بول در فراش استرخاء عضله مثانه است و استغراق نوم خاصه صبیان را
می باشد و تدبیر این طایفه احتراز کردن است از کثرت شرب آب و رطبات و میوه
سرد تر و میل نمودن بطعامهای گرم و دیگر عادت و بسیار داشته باشد و در وقت
خواب بول دفع کنند و خوابگاه را سجده و جایی که در آنجا بول کردن ممنوع باشد

تعفن کند و در خاطر متمکن گردانند و روغن بآن مالیدن بسیار نافع است و ماسک
البول که مذکور شد موافق است و این سفوف فایده تمام دارد صفت
گرده خرگوش خشک کرده • تخم شبت • عاقرقرحا • تخم کرفس هر یک
نیم جو • شونیز دو درم نیم با آب سرد دادن بغایت مفید باشد و اندکی از
سرگین کبوتر در تخم گنجشک بیان سازند و با آب سرد دهند نفع تمام کند و از
منقولات که حجر خرس سوخته دو درم اگر بآب نیم گرم بدهند فایده کند و شوخ
صفت دوا • آخر سعد دو درم • شونیز • حنظل • تخم تره تیزک هر یک یک درم کوفته بیخته
بنیت اتفاق و عسل کف گرفته سرشته مثل حب سازند یک وقت خواب بخورند بعد از آن
زرده تخم مرغ نیم پخته بخورند که نافع باشد فصل پنجم در عرق عرق فضلۀ هضم
عروقی است و سه قسم باشد طبیعی و غیر طبیعی و متوسط بینهما طبیعی عرق آنست
که فضلۀ غیر محتاج الیه دفع شود مثل عرقی که در وقت ریاضت معتدل و حمام و
دفع طبیعت باشد و غیر طبیعی آنست که رطوبات ضروریه یا منتفع بها دفع شود مثل
عرقی که از ناف و اعضا اصلی باشد و متوسط بینهما آنست که منتفع به و غیر
منتفع به هر دو دفع شود مثل عرقی که در ریاضت خارج از اعتدال و حمام محلل
واقع شود که درین حال بسیار باشد که رطوبة منتفع به نیز خارج شود و خروج
عرق از حال طبیعی یا بحسب کمیت باشد یا بحسب کیفیت اما بحسب کمیت یک قسم
آنست که مقدار آن بسیار باشد و زیاده از معتاد و سبب آن کثرة رطوبة باشد
یا رقت آن یا اتساع مسام یا قوة قوة دافعه یا ضعف قوة ماسکه و قسم دیگر
آنست که مقدار آن اندک باشد و کمتر از معتاد و سبب آن ضد اسباب مذکوره است

واما بحسب کیفیته یا از حرارة وبرودة اوست یا از جهة لون یا رائحه یا طعم
یا قوام اما حرارة وبرودة چون عرق معتدل باشد در حرارت وبرودة محمود است
واگر بسیار گرم باشد دلالت بر مادهٔ گرم کند وعرق بسیار سرد مذموم است دلالت
بر صعوبت عارضی کند وگاه جهت دفع مادهٔ بلغمی بارد باشد ونیکو باشد اما
لون ابیض محمود است اصفر دلالة بر غلبهٔ صفرا کند چنانچه در یرقان باشد
واحمر بر غلبهٔ خون دلکند واسود بر غلبهٔ سودا واحتراق اما رائحه اگر بوی کریه
نداشته باشد محمود است ومنتن دلالة بر خلط عفن کند وحاد الرائحه بر خلط
صفراوی حریف وحامض دال بر بلغم حامض است اما طعم حلو محمود است وحامض
ومالح دلیل بلغم حامض ومالح باشد اما قوام رقیق دلیل خلط لطیف رقیق هست
وغلیظ دلیل غلیظ حافظ صحة را تفحص حال عرق باید کرد اگر بسیار واقع شود
سبب آن اگر حرارة هوا یا تفتیح مسام بدن باشد سکون خنک سرد اجتناب
نمایند وصندل وگل سرخ با آب بر بمالند وخشک ساخته بر بدن افشانند صفت
روغنی ممدوح بگیرند سیب بهمن گل سرخ پنجاه درم درده من آب بجوشانند
نصف کند وباد روغن گل ده درم بجوشانند که آب برود وروغن بماند
وبدن بمالند وآمدن عرق در خواب بی سببی ظاهری دلیل امتلای بدن
باشد تدبیر دفع مواد باید کرد واگر مطلقا در وقت متوقع عرق واقع نشود
تدبیر عرق آوردن باید کرد وریاضت بهترین تدبیر است هوای خانه را
بآتش گرم سازند خصوصا در زمستان وبعد از ان ریاضت نمایند وروغن
بابونه وروغن شبت گرم کرده بر مهرهای پشت مالیدن وروغنهای گرم

یا آرد بینه گرم بمالش آن حنظدن عرق آوردن اگر قدری بورهٔ ارمنی با بلیخه
ودارچینی کوفته با این روغنها بمهرهای پشت مالند عرق آورد واگر در بدن
مادهٔ بناشد که هوای حمام تحلیل آن نماید حمام عرقی نیکو باشد وآب گرم درزیر
جامه نهادن موقت صحیح المزاج ادویهٔ عرق بخورد که خوف آن باشد که حمیات
عفنی پیدا شود جملهٔ ششم در حیض چون زنان در سن نشو ونما بدان مرتبه
رسیدند که آبستن توانند شد طبیعة باذن خالقها پارهٔ از خون بدن جدا
سازد که اگر جنین در رحم پیدا شود غذای او مهیا باشد وچون زن آبستن نشد
خون که در بدن جهة مطلوب معین جمع شده بود ثقل گرانی کند طبیعة بدفع
آن مشغول شود بطریق حیض در هر ماه یکبار آن ماده مجتمع را دفع سازد
ودر اکثر زنان بعد از چهارده سالگی حیض آید که اکثر مدة حیض است وبعضی
در نه سالگی وده سالگی حایض شوند که اقل مدة حیض است بحسب مزاج وتدبیرات
وآخر آن تا شصت سال باشد واول بستن حیض در اکثر بعد از چهل سال
باشد بالتقدیم وتاخیر دیدن نیز واقع شود ونیز الیاس نمایند که بعضی
زنان را احتباس حیض زود واقع شود در سی وپنج وچهل ببینند ودر
بعضی تاخیر کند تا به پنجاه برسد وگاه که بستن حیض سبب تغییر حال
مزاج زنان شود ومزاج ایشان از انوثت بجانب رجولیت میل کند وشبیه
بمردان شوند واین وقتی است که زن قوی الخلقة باشد وقادر باشد
قوة او باستعمال بفضل موی مختبس وتحلیل آن تا حدی زیاده نماند
که جمع شود واین هنگام شبیه شود بمردان موی او بسیار شود مانند لحیه

بر منع رحم چنان ظاهر شود و آن مانند شیء غلیظ خشن گردد و اکثر ایام
حیض نزد اطبا ده روز است و اسمعیل جرجانی در کتاب ذخیره گوید
که بهتر آنست که ایام حیض شش روز کم نه و ایام طهر بیست روز تا یکماه
که بیست روز باشد تمام باشد و در زمان مختلف شود بحسب مزاج و سن و
عادات چون دفع خون حیض بر وجهی که شد طبیعی بود خروج
او از مجرای طبیعی یا در کمیته بود یا در کیفیته اما در کمیت آنست که
بیشتر از ایام معتاد و مقدار معتاد آید یا کمتر از مقدار لایق باشد یا منقطع
شود و قطعا نیاید و هر یکی را سببی است که در جمیع ایجا ذکر میشود
و استقصاء آن در کتب معالجات است و سبب خروج او از جانب
کثرة سیلان یا قوة دافعه است یا ضعف قوة ماسکه یا رقت ماده یا
کثرة آن که بر طبیعت گران شود یا از قبل رحم باشد که متخلخل شده باشد
یا افواه عروق او گشوده و سبب احتباس او سبب افراط است از ضعف
دافعه و قوة ماسکه و غلظ ماده و قلت آن و تکاثف افواه عروق رحم
و انسداد آن گاه باشد که سبب قلت حیض مزاج اصلی باشد که طبع او شبیه
باشد بطبع مردان چنانکه گذشت و قوتش قادر باشد بر استکمال هضم اغذیه
و تحلیل فضول بدن که مجتمع شود بچیزی نماند که فضلت شده تا باید شدن
و اینها کما یفهم باشند گندم گون غصبانی عضلانی قوی البدن ضیق العروق
واسع الصدر که اطراف ایشان سخت و عصبانی باشد چنانکه سخنه و
اعضاء مردان است و سبب خروج او از جانب کیفیته یا شدة حرارت و

احتراقست و رنگ خون درین حالت سیاه باشد یا زرد یا احمر ناصع که دلالت
باحتراق و غلبه صفرا کند یا غلبه برودة و بلغم و رطوبة است و رنگ
خون مایل بیاض باشد و قوامش رقیق بود و [illegible] باشد
تغیر آمدن خون حیض بحسب مدت و کیفیته و کمیته بر وجه لایق و
تدر اعتدال باشد سبب تندرستی بود و اگر افراط در آن واقع شود سبب
ضعف معده و فساد لون و تغیر او بود بصفرت بیاض و سستی در جگر
آمده و اکثر باستسقا کشد و اطراف تشنج کند و اگر محتبس شود سقوط
اشتها و فساد تغیر لون و میل بکدورت و سواد عارض شود و صداع و ثقل
سر او رحم و ضیق النفس و احساس ارتفاع بخارات بجانب سر ظاهر گردد
و رنگ بر آید و عرق بیاد آید و بیا و باشد که سبب صرع و اختناق
رحم شود و فالج و امراض عصبانی و استسقا آورد و زنانی که عادت
ایشان بسته باشد یا کمتر آید صاحب امراض باشد و امراض امتلائی و
اورام ایشان بیشتر واقع باشد پس حافظ صحت را واجبست که رعایت
طریق نماید و بدفع سبب مشغول شود و در اینجا تدبیر هر یکی بطریق
اجمال مبین میشود اما تدبیر افراط اگر سبب کثرة مادة و دفع طبیعت
باشد تا از ضعف تمام ظاهر نشود حبس نکنند و اگر بیش از حد وقت
ضعف نقصد کنند بهتر باشد و دفع ماده نماید و بجانب خلاف ماده را
باز گردانند و صفرا و بلغم غالب را بمثل شاهتره و هلیله کما یا اسهال بعض
داشته باشد بدهند و مانیت و بلغم را بمعرقات و ملحجات و اطریفلات

دفع کند وضعف رحم را بادویه قابض مقویه که عطریتی داشته باشد
تقویة کند وعجلت انزال واقع شود بان دو برن را منا به بند ند ومحاجم بر پایین
پستان نهند ونهادن محاجم بر باطن الرکبتین مفیدست و غذاهای سریع الهضم
مقوی یعنی شل زرده بیم بخت تغذیة نمایند و کباب و مطبخات که از گوشتهای
نازک زود تیب نموده باشد مفیدست وحلواها که از آرد و روغن و قوابضات
ساخته باشد مفیداست و باید که از غذاهای گرم خواه بالقوة وخواه بالفعل
احتراز واجب داشت وانار ودیه شرت ویه آب با تنگ و تخم البیا و مفیدست
فتح بسوها ید من اجوده بل لا نظیره له در تمام قطع النزف البتر سشرها در زقاقی هو
ینفع من الزمن وغیر الزمن ویشرجوشانیده بادهن تا باداده داغ کرده
ودر نجاحت حدید انداخته باشد مفیدست هر دو تن سه وقیة بد بسند
با بعضی قوابض وانحصار حماق و مرتب خاص ازچ مناسبت اما در وقت
کال ضعف و تحصنات ثقیل و جیب بنقص طباشیر کافوری وغیر کافوری
و قرص گلنار و قرص کهربا وطین مختوم وطین ارمنی و ربیع الخباب و امثال
این ادویه چنانچه در کتب معالجات مسطور است موافق است بحسب اقتضاء وقت
باید داد و همچنین که [illegible] میکنند چنانچه [illegible] مناسبت
وگفته اند که خطیبان [illegible] با جادو دست نهادن موافق است [illegible]
مرغ خام [illegible] ساختن به [illegible] دم و [illegible] دم [illegible] وتدبیر [illegible]
[illegible] که از ادویه و غذا [illegible] آورد و بجانب اسافل
[illegible] دهد [illegible] بگشایند [illegible] فصل [illegible] بیان

مفیداست و همچنین نقدع ق النشا بنقدع ق ما بعض چنانچه گذشت
بیا مفیدات و همچنین حجامت ساق وادویه مدره حیض چنانچه کار دارند
مطبوخ بوده و عسل مفیداست و ابهل از ان قوی تراست شیخ نقل میکند که بعض
آنرا با آب و روغن زیت مخلوط ساخته نیم گرم بر رحم بگذارند حیض براند بعد
از جماع [illegible] و شکلها شیخ و دارچینی مفیدست وجند بیدستر اثر تمام
دارد و برداشتن آن باد و روغن الحوران که آنرا [illegible] کا میگویند مذکور
است و تبخیر حنظل [illegible] نکوست و همچنین تبخیر جاوشیر و حلتیت و کبریت
تحت [illegible] با این امورهم [illegible] حاصل نشود از کتب معالجات دیگر تدابیر
معلوم باید کرد جمله هفتم در مباشرت و مجامعت زنان و مشتمل بر دو فصل است
فصل اول در بیان احتیاج آدمی باین فعل و تاثیر آن در بدن بخشنده لذات
بار یک و تعم در جمیع حیوانات شهوة جماع ولذت وقاع آفریده و انسان را
از برای طلب این لذت بدین عمل حریص کرده اند تا سبب بقای نوع شود
وانچه عوام گویند که حکما این فعل منع مطلق کرده اند و بعضی مدعای خود
سخنان و حکایات نقل میکنند غلط است چرا که منی فضله ایست واجب الدفع
مثل دیگر فضول ودر وقت ازدیاد کم باید کرد تا بدن ثقیل نگردد و دیگر
مفاسد چنانچه مذکور میشود از [illegible] هر شود صاحب کامل گوید که بقراط جالینوس
وتابعین ایشان بر آنند که جماع یکی از اسباب حفظ صحت است و قومی از اطبا
گویند که چنین نیست و در باب حفظ صحت دخلی ندارد وانچه [illegible] ایشان
گمان برده اند بلکه یکی از اسباب بغیره بدنست که چون استعمال آن بطریق

اعتدال در وقت حاجت باشد سبب حفظ صحت باشد و اگر بخلاف این عمل
آرند سبب تغیر مزاج و امراض گردد و بیاری اکثر حکما که صلاح بدن باعتدال
تمام اخلاطست و زیادتی او سبب نقصان بدنست همچنین زیادتی منی سبب
فساد بدن میشود لهذا چون طبیعت ببیند که منی در بدن زیاده شد و به ثقل و
دیگر حالات زیان دارد و میرساند در خواب بطریق احتلام آنرا دفع نماید و
احتلام گاهی واقع شود که منی در اوعیه و مجاری مجتمع شود و چون حرارت بواسطه
خواب بباطن متوجه شود گرم کرده و بجنبش آید و طبیعت مدد بخیله اسباب
دفع آن بهم رساند و یاره دفع کرده الله و اگر بهیچ نوع دفع نشود در خاصرتین
و حالبین ثقل و وجع پیدا شود و در عانه تمدد و ثقل ظاهر گردد و بدن کاهلی
کند چون درین حالت مباشرت واقع شود این حالات بالکلیه زایل گردد و چون
این عمل در وقت اعتدال واقع شود تابع او است حفظ و نشاط و قوت بدن و
پیدا شدن آرزوی طعام و تهیه بدن از برای قبول غذا و غیر آن و لکن فایده
در دفع امراض سوداویه خصوصا ماخولیا و دفع تیزی خشم و وساوس و ثقل سر بواسطه
دفع ابخره از حوالی قلب و دماغ و دفع فضلات بدن و بقول جالینوس جمعی
که بسبب آن کثرت منی باشد زایل گردانند و یا و جماع کرده امتلای و امراض منی
در بدنی که حرارت غریزی او قوی باشد فایده رساند و کسی که مزاج گرم
و تر داشته باشد چون ترک این عمل کند شهوت طعام او زایل گردد و هر چه دارد
معده ... قی کند و حرارت غریزی او در تحت رطوبات سردی منعزل مختنق
شود و برودت به بدن ثقل زیاده گردد و کاهل شود و حرکت برو دشوار گردد و چون

بدن قوی بیند بکند و منی متالم کرده و ببرودت بر و مستولی شود کیفیتی
مخالف شبیه بسمیت پیدا کند و بخار آن چون بدل و دماغ رسد سبب صرع
و اختناق رحم و خفقان و دیگر امراض شود محمد زکریا گوید که جوانان کثیر المنی
چون ترک این شغل کنند ثقل سر و قلق و گرمی بدن و قلت شهوت و هضم
طعام پیدا کنند و من جماعتی را دیدم که منی در بدن ایشان بسیار بود و تنگ
بایشان حذر داشتند فعل از برای زهد و تقشف نگاه میداشتند بدن و
اعضاء ایشان سرد شد و حرکات بر ایشان دشوار گشت و غم و حزن بی گاه
بی سببی پیدا کردند و حالتی مثل مالیخولیا و قلت هضم و سقوط شهوت عارض ایشان
گشت و بعضی را دیدم که در جماع کردن افراط می نمود و بآن ملازمت میکرد
ترک آن نمود شهوت طعام از وی زایل شد و اگر اندک طعامی میخورد نمیگذاشت اینکه
و اگر بسیار میخورد در ساعت قی می نمود و دیگر ناسور و ماخولیا پیدا کرد بعد
از آن بحال اول مباشرت این عمل عود نمود دفعة این اعراض از وی زایل شد
میگوید بسا که تارک جماع را بعد از عادت بآن قوت تعصیب و وجع و تشنج
و امثال عارض شود و مباشرت در بدنی که از اخلاط و ابخره دخانی گرم ممتلی
شود فایده رساند بانکه مدد اندفاع شود و تنگی را که در بدن محتقن
کرده میگوید که تعفن منی در بدن سبب خفقان و تنگی نفس و دوار
و خیالات فاسد است و ختق الرحم را بعد از جماع تدبیر که بجهت حصول
این منافع در بدن کثیر اللحم کثیر المنی قوی الحرارت است اما غیر آنها را نافع
نیست و چون بافراط انجامد سبب بکارت و ضعف و زوال و امثال آن گردد

چرا که منی از جوهر غذائی تمیز میشود که استحاله آن با عضا ترد یکست وان
خارج است از جوهر بدن شود لیکن طبیعت بمدد قوة مولده پارۀ ازان
غذا جهة تولید مثل از جمیع اعضا جدا ساخته و بتحلیل بخار بدماغ میفرستد
وانرا بخار بان رطوبة مستحیل گشته بطریق نخاع باوعیۀ منی می آید چنانچه از کلام
قرشی وتحقیق او فهم میشود پس معلوم شد که منی جزویست از غذای صالح منتفع
به وانزال و در اخراج آن سبب ضعف ونحافت بدن میشود وضعفی که از خروج یک
مثقال منی پیدا میشود از اخراج پنجاه مثقال خون حاصل نمیشود وچون الحاح
درین فعل واقع شود واوعیۀ منی خالی گردد بجای منی خون بیرون آید که
طبیعت بتمامها نتواند دفع کند وسببی دیگر در ضعف آنست که در منی روح بسیار
باروح کثیر اللذة با او مستفرغ میشود وسبب ضعف میگردد ولهذا هر چند لذة
بیش ضعف بیشتر است محمد ذکریا گوید اما الذین یفرط علیهم لذة الجماع تشتد فیهم
نکایته فربما ادی بهم ذلک الی غشی شدید متدارک لا علاج له فعمانرا ازاله این عمل
آنست که برودة یبوسة بر بدن مستولی گردد وحرارة غریزی بتحلیل رود ونجم
خلاصه وصافی جسد آدمی است خرج میشود ورطوبت در ونق بشود سرد و
سفاره حیوان نر وولادة در حیوان ماده یک حکم دارد که هر دو صفوة ولب
ماده باتمام و در ونق عقاید نگی بدنست بغنا دهند ازین جهة گوشت خصی از حیوان
تر بهتر است وان حیوان ماده [illegible] گوشت او بهتر است ومباشرت
دایم حرارة دخانی غریب احداث کند که سبب کثرت شعر شود وچون با فراط
کشد سبب برودة گردد وموی اصلی کم گردد بقراط گوید کثرة باه موی حاجب

وموی مژه کم سازد ومژه الحیه وسایر بدن زیاده گرداند وحواس را
از سمع وبصر ضعیف سازد ودر اعصاب ضعف آرد ورعشه پیدا کند وصلع و
وجع ظهر وکرده ومثانه وبخار وسستی [illegible] احداث کند وحالتی شبیه
بصرع خفی وخفقان وضعف دوار وحرکتی شبیه بدبیب از قدم سر تا
آخر پشت در بدن احساس کند خصوصا در مشایخ که اعصاب وقوای ایشان
ضعیف است گفته اند که بدترین چیزها مشایخ را مطبخی حنب وخاده [illegible]
محمد ذکریا گوید اما المشایخ و ذو الابدان النحیفة فینبغی ان یحذروه ختلة العدو
المهلک لانه یهرم الشیخ ویسرع بالنحیف الی الهرم وفعل جماع مختلف شود در بدن
از جهة سه چیز یکی امر طبیعی دوم امر غیر طبیعی سیوم امر خارج از امر طبیعی
اما از جهت امر طبیعی آنست که چون شخص جوان باشد یا مزاجش گرم وتر باشد
وهمچنین مزاج انثیین او مستحکم احسن واشتغال باشد وبدن نشو ونما
وقوة تمام قوی یابد وحرارت بدن او منی بسیار جمع شود بسیار شهوت این فعل بدن وقوة
یابد وحرارة غریزی بالنسبة [illegible] نشاط زیاده شود واگر
اسراف کند از ان مضرت نیابد مثل ملکیان واگر ترک کند حالات مذکوره از
ثقل بدن و وجع انثیین وحالبین وظلمة بصر وغیر آن چنانچه گذشت ازو
بیشتر ظاهر شود واگر شخصی مزاجش سرد وخشک باشد وبدن نحیف
ومسکن سرد یا زمان سرد یا سفید منی در بدن او متولد شود این عمل حرارة
غریزی ضعیف گردد وسردی غلبه کند وذبول وبعده ضعف نفس و
خفقان وسقوط شهوة ومثال آن ظاهر گردد وصاحب این حال بهما اکنون چیزی را.

از مباشرت نگاه دارد چه جای آنکه افراط نماید و اگر مزاج سرد و تر باشد یا گرم
و خشک حال این دو شخص متوسط باشد از اندک آن ضرر کمتر یابد و چون افراط
نماید مضرت بسیار ظاهر شود و در مزاج بارد رطب ضرر او از جانب برودت و
ضعف حرارت غریزی و عصب ظاهر شود و در مزاج حار یابس ذبول و نحافت
و انحطاط [illegible] روی نماید این دو کس را وقتی که متوجه این عمل باید شد که در حرکت
افراط نمی باید و از اعتدال تجاوز نباید کرد محمد ذکریا گوید اولی اجتناب
این عمل بدن نحیف و صاحب مزاج خشک است کون [illegible] به ذبول و دق و نحافت کشد
خاصه کسانی که عروق ایشان تنگ باشد و خون در بدن ایشان کم و اکثر باقلة
لحم و لاغری ایشان فاحش باشد مضرت کمتر یابند اما بدنهای رطب فربه سفید
که عروق ایشان تنگ باشد و خون در بدن ایشان کم بود و بدن ایشان
نرم و کم موی باشد مثل بدن زنان متوقع حدوث امراض عصبی بیشتر دارند
و از ذبول و نحافت دور باشند و اگر فراخ العروق باشد احتمال این فعل
بیشتر دارند و از ترک آن مضرت یابند و عاجزترین بدنها و ضعیف ترین [illegible]
مثل تحمل مضرت مزاج و بدن [illegible] است که رنگ ایشان مایل به اصفر و زرد و کبود و
رصاصیه و [illegible] باشد و پوست ایشان خشک باشد و رگها باریک و خون
غلیظ و اندک و موی کم و تنگ و آرزوی شهوة اندک باشد اما بدن گرم خشک
مضرت جماع او بقلت سعة عروق و [illegible] و قلت خون او باشد
و علامت این مزاج آنست که گندم گون باشد یا مایل به حمرة و رگهای گشاده
و مفاصل ظاهر و فقرات قوی و اعصاب و اوتار ظاهر غلیظ باشد و بسیار موی

و بسیار شهوة و کثیر الالتفاظ (?) باشند و موی ایشان غلیظ و اندک باشد
اما بدن سرد و تر شهوت با ایشان مضرت رساند اما کمتر از مضرت یابس و علامت
این مزاج آنست که فربه و سفید و کم موی و نرم پوست باشد و مفاصل
و فقرات پنهان باشد و رگهای ایشان باریک و کم خون باشد و رنگ ایشان
سفید جصی یا عاجی باشد و موی ایشان بسیار و تنک باشد و میل ایشان
بشهوت اندک بود اما بدن گرم تر ضرر از جماع کمتر یابد به سبب کثرت [illegible]
داشته باشد و از ترک آن مضرت یابد و علامت این مزاج آنست
که رنگ ایشان سرخ و سفید و رگهای ایشان گشاده پر خون باشد و فربه و کم
موی باشد و موی ایشان بسیار باشد و معتدل در غلظ و رقت بود و موی
بدن ایشان با اعتدال باشد و در آرزوی شهوة متوسط باشد و احتمال این
فعل بیش از دیگران داشته باشد و اقوای این طایفه کسانی باشند که در
اسافل بدن و حوالی عانه و فخذین موی بسیار داشته باشند که دلالت بر حرارت
مزاج انثیین و قضیب دارد اما اختلاف او از قبل امر غیر طبیعی آنست
که از جهت خلا یا امتلا یا در وقت حاضر و در فراغ استفراغات و عدم آن
واقع شود که جماع بسبب هیجان در بدن اثر کند اگر در وقت تشنگی
یا گرسنگی یا بعد از استفراغی مثل قی و اسهال و فصد یا عقیب حمام مفرط
مثل حمام مجفف یا بعد از تعب و هم و غم مفرط واقع شود بدنها ضعیف
گرداند و حرارت غریزی بتحلیل برد و خشکی و ضعف قوتها [illegible]
[illegible] تابع آن باشد و اگر افراط کند غشی و تشنج آورده همچنین بعد از فرح

شدید منزعت کشته اند که بعضی ازین اعراض تولد کند و اگر وقت حاضر تابستان
یا پائیز باشد در تولد این حالات حال فی تمام باشد و عجلت در وقت توسط
بدن در حالات مسطوره مذکوره واقع شود خصوصا که وقت بهار باشد و سن شباب
و سمن در بدن بسیار و مدخل در عذب نفع تمام رساند چنانچه گذشت اما اختلاف
اشتا و ان جهت امر خارج از امر طبیعی آنست که به بعضی امراض نفع رساند و به
بعضی مضرت صاحب اختلاط ذهن و فکر فاسد و حزن و مبتلا بعشق و مختنق
الرحم و صاحب صرع بجماع نماید یا بد دیدم که را دیدم که بان زن خود
مواضعت داشت و زن بزایی نمی کشت و باز زن خود پیشه در می آمیخت
بی نزد بیرکا دیگر از جنون خلاص یافت و نفع آن بعد از تنقیه بدن
و دماغ در جنون معتاد است مادام که بافراط نکشد و سبب پیوسته مفرط شود
که این هنگام دفع مواد از دماغ مینماید و فایده میرساند و صاحب امراض سینه
و تشنج و صاحب رمد و اوجاع مفاصل و غلظ احشا و اصحاب امراض بلدی
بلغمی و قولنج و اسهال و وجع معده و غشی و اصحاب ترک [illegible] کام و از اینها ننانند
و مرض زیاده کرده اند اگر موجود باشد و احداث نماید که در بدنی کم مستعد
باشد و مضرت جماع بدماغ و عصب و سینه و تشنج بسیار است و تحلیل روح
نفسانی و کثرت حس که تیننه و عظم و نقاق نقرح درین حالت دال بر آن است
که ذکیا کی ید الحاح ذباه حرارت غریزی کم از تخفیف و حرارت غریزی مشتعل
کرده اند پس افعال طبیعی ضعیف شود و افعال خارج غیر طبیعی قوت گیرد و قوت
ساقط شود و نشاط کم گردد و حرکات ثقیل شود و از اعراض نفسانی زودتر

شود و ضعف معده و جگر و فساد مزاج آورد و اعضا را اصلی خشک سازد و هرم و ذبول
آورد و گوشت و حزن کم کند و نضارت از رنگ ببرد و موی بیخ را ضعیف کرده اند
و صلع آورد و دماغ خشک سازد و در عصب ضرر رساند و رعشه آورد و بینه [illegible]
و کرده مضر باشد و گرده را لاغر سازد و کمی را که در شراسیف نفخ و قراقر باشد نفخ
بالجمله آورد و قوت دهد صاحب قولنج ریحی و صاحب وجع وارک و مفاصل و عرق
النسا را از آن حذر باید کرد فصل دوم در بیان حفظ صحت بمباشرت از جمله باتی
معلوم شد که این عمل هر کس را زیان دارد و هر کس را نافع است و درین جمله بر وجهی
دیگر مسطور میگردد حافظ صحت را با امتلا بمباشرت نباید کرد که مانع هضم است و اما
که بسبب آن حرکت با امتلا باشد شل و وجع مفاصل و رعشه و استسقا بعد از اکل و اتم
ظاهر میشود و اگر مباشرت با امتلا یا معده واقع شود باید که بعد از آن اندک حرکتی
نماید تا طعام بان بقعر معده فرو گیرد و خواب طویل المدة اختیار نماید و همچنین بر
خلا معده اجتناب واجبست و مضرتش بیش از امتلاست حرارت غریزی را فرو نشاند
و به دق و ذوبان کشد و اگر با امتلا واقع شود بهتر از جوع و خلاصت صاحب
کامل کوید که بهترین اوقات بعد از هضم غذاست در معده و شروع در انحدار پیش
از تمام نضج الفضل شود باید که وقت لایق هنگام انحدار علامت از معده استکمال
هضم اول معدی یا هضم دوم کبدی و متوسط حال در هضم سوم عروقی منقلب
نماید شد بعضی گویند که بعد از کمال جمیع هضوم نماید چرا که این هنگام وقت
خلاء بدنست و در میان این دو وقت تفاوت معتد به نیست و این حالات در مردم
بحسب هضم و اختلاف غذا و لطافت و کثافت در دیگر امور مختلف گردد بعضی را حالت

مختار تر در اول شب باشد و خواب طویل که بعد از آن واقع شود قوت را
باز آورد و منی در رحم بهتر قرار گیرد و ولد قوی تر و جنین باشد و بعضی از اطبا
آخر شب اختیار کرده میگویند در اول شب این عمل کردن برای امتلاء معده
و عروق و حفظ تولد نقرس و فالج و نقرس و حصاة و نیقظ بود بلکه در آخر
شب اختیار کنند که اصح است از برای بدن و سبب تولد ولد نجیب و عاقل
میشود و وقت مختار اول شب باشد و اولی آنست که چون معده سبک باشد مباشرت
کرد و اول شب مانع شود بجهت رجوع نوم طویل و استراحت بدن و استرداد قوه بخلاف
آخر شب که وقت بیداری و حرکت و تحلیل است حتی اکثر گفته اند بعد از فراغ بر
نخیزند و نخسپند بلکه بپشت راست تکیه کنند و در تحقیق محمد ذکریا در تفصیل و
تردید است میگوید لایق آنست که این فعل گاهی واقع شود که بدن غذای خود
یافته باشد و هضم تمام شده و در حرکات خفت و نشاط ظاهر باشد و این بعد از
نوم اطول است و این وقت موافق ترین اوقاتست برای کسی که درین فعل اعتدال
رعایت دارد اما برای مسرف وقت مذکور مناسب نیست حتی اگر این شخص محتاجست
بلکه خواب طویل و استراحت اختیار کند و هر که اراده ابقاء بر نفس خود دارد باید
که جماع نکند تا وقتی که میل و شهوت او زیاده گردد و در بدن ثقل یابد و گذر وی
از شهوت صحیح باشد و انتشار تمام که باعث آن کثرت منی و امتلای اوعیه
باشد نه ملاحظه صورت مرغوب و تعلق دل بخیال محبوب که درین وقت سبب
خفت بدن و نشاط و ذکاء حواس باشد و حدوث این حالات بعد از فراغ از
مباشرت علامت آنست که این عمل در وقت خود واقع شده و اگر ازو ری لذت

در آید و در حصول شهوت واقع شود وقتی باید که در بدن ضعف و ذبول
و تغیر نباید و امتلاء زود واقع شود که منی یکی از فضولست چون باسانی دفع
دفع شود نشانه آن باشد که زاید است و طبیعت در صدد دفع است مضرت
نرساند و اگر بجهد و مشقه و الحاح دفع کرده علامت قلت منی و ضعف طبیعت
و احتیاج بدن باشد و باید که وقت شدت گرما و سرما و حرارت مزاج و برودت
اینا شد و حار المزاج و یابس المزاج در زمان حار و بارد المزاج در زمان
بارد پرهیز کنند و اگر احیانا واقع شود با حرارت و بعد از آن برودت مکیف اگر
حرارت با فراط باشد و در تابستان و پاییز این کار کمتر کنند و در زمان بهار
و [illegible] هوای معتدل نهایت احتراز تمام نمایند و حذر کنند که پیش از آن و
پس از آن قی و اسهال و فصد و بول مفرط و عرق مفرط و دیگر انواع استفراغ
و تعب و ریاضت مفرط واقع نشود و حمام و بعد از حمام احتراز کنند گفته اند
مباشرت در حمام موجب نزول آب است و در وقت جوع و تشنگی و امتلاء و غضب
و غم و [illegible] مشغول نگردند و بعد از خوردن نبات منع کرده اند که ضرر
قوی است و باید که در وقت شغل از دفع فضلات فارغ باشد و جفت او
جوان و خوب صورت باشد که در صحبت جوان خوب صورت اگرچه منی بیشتر مستفرغ
میشود اما بجهت حصول مطلوب ضعف کمتر می آورد بالجمله اعدل اوقات و حالات
رعایت دارند که اماری تغیر بدن واقع نباشد که بقدر نقصان احدها فتور در جوهر
اعضا نعش کم شود و ضعف ترش افزاید و اگر الجز باید نباشد و الجز
باشد نباید از الهلاک المجل و مباشرت با قبیح المنظر و مریض و بعید العهد

وصغیر السن و بکر و عاقر و حایض و عجوزه بخاصیت مضعف بدن و قوة
اعضا و جماع شکننده باه است و از بعضی حکما منقولست ایاک و جماع العجوز فانه
یورث موت الفجاة و مجامعة الحایض یهدم الاعمار و یسقم ابدان الاصحاء و گویند
تن دیگی با زن حایض مورث جذام است نعوذ بالله منه در حدیث واقعست فروا
من المجذوم کما تفرون من الاسد یعنی یا حکمت همین است که در شریعت ممنوعست
و مباشرت با زن ساقط الجنین مذموم است و با زن دیوانه مورث جنون است
از بقراط منقولست المجامع مع المجنونة یورث الجنون للرجل و لم یورث للمراة جنونا
اذا کان المجامع مجنونا و در اتیان زن از دبر و مداومت بر آن این شوم بود
از ولد ذی ابنه و اشکال این شغل مختلف بود و از بعضی مضرت ظاهر گردد
بهترین وضعها آنست که مرد بر بالای زن باشد و از عکس آن ادره و انتفاخ
و قرحه احلیل پیدا شود و ایستاده و خوابیده بر پهلو لقوه و وجع ورک و صداع
آورد و در وضع بعضی مزاحمت رساند و نشسته درد گرده و قطن و قروح
ابیه و تغضیب تولد کند و حبس منی در وقت جماع بمدافعه در وقت دفع ادره
آورد و سبب فساد مزاج شود و منع نماید که موجب آن شود که احدی البیضتین
غایب گردد و گفته اند که هرکه مجامعت کند و بعد دفع منی تمایل این باشد از
تولد حصاة و بعضی باشد که در وقت مباشرت این عمل تشویره و نقص
در بدن احساس کنند سبب آن اخلاط فاسد باشد که دفع نکرده شود و تشویره
آورد و اگر از اخلاط لذاع باشد ناقص شود و بعضی باشند که در وقت
شغل این عمل بوی بد و رایحه عفن از بدن ایشان آید سبب آن اجتماع

اخلاط عفن باشد که بسبب حرکة و حرارت جماع بحرکة آید و ابخره عفن از آن
برخیزد و به تحت جلد آید و رایحه آن ظاهر شود و تدبیر تنقیه بدن و
دفع ماده مواد یا دفع فضله بجا بیاید باید کرد و کسی اراده کثرت شهوت
دارد باید که حزن کمتر کند و تعب کمتر کشد و در حمام بسیار ننشیند و عرق
بسیار نکند و تدبیر او مایل به تسخین و ترطیب و تقویه بدن باشد برای آنکه
جماع مبرد و مجفف و مضعف و محلل است و در تغذیه و نوم و آسایش و
ترطیب و تطییب و تدهین و اکتحال کوشد و هرچه توقع دارد که عارض او می
شود تدبیر آن پیش از وقوع نماید و اگر واقع شود بازالة و اصلاح آن
کوشد چون مزاج سرد و خشک باشد نان میده و گوشت بره و تفلی مرغ
سمین و اشربه حار مرطب میل کند و پسته و بادام و نارگیل و جبن تناول کند
و بعد از خوردن طعام و تمام مخطم بحمام معتدل الهوا برود و شفاقل
مربا و معجون مرکب و لطایف مثل لابی قندی و عسلی خورد و در زمستان
و تمام پیوسته اگر این فعل برودة بدن زیاده شود به تسخین بیشتر میل
کند و اگر یبوست بیشتر ظاهر گردد در ترطیب افزاید و اگر قوة ساقط
شود با غذیه سریع النفوذ مثل ماء اللحم و زرده بیمبرشت میل کند و طیبا
و اشربه مقوی که زود بجزو سخیل شود تدبیر کند و اینجا بیشتر ناقه تا
مجامعتی که التذاذ تمام این فعل یابند عارض شود و اگر وقت تابستان
باشد اغتسال بآب سرد نفع دارد و اگر حرارت غریب هیجان کند خوف
آن باشد که اگر در بدن اخلاط مستعد عفونت و التهاب باشد بحرکة

آید متعفن شود اما این حرارت غریب زود ساکن شود و بدن بعد
از آن سرد تر کردد از آنچه پیش از هیجان بود شربت مقوی که فی الحال ساکن
حرارت غریب باشد دفع هیجان نماید و اکر مزاج سرد و تر باشد عنایت
تسخین بیشتر باید کرد و اغذیه باید کرد که بطبیعت و صنعت هر دو کرم باشد
و مثرودیطوس و نفت و زنجبیل پرورده مناسبت و اکر مزاج کرم
و خشک باشد در ترطیب باید کوشید و بدن را از اشتعال حرارت
غریب نکاه باید داشت و غذا کوشت ماهی تازه و بیضه نیمبرشت و شیر تازه
غذا سازد و بآب نیم کرم غسل کند و روغنهای معتدل بمالد از تعب
و ریاضت و از اجتناب تمام نماید و آن غذا را که بیشتر بجز ترطیب باعتدال
باشد و ترطیب بسیار داشته باشد اختیار کند مثل شیر تازه و ماهی تازه
کباب کرده و زرده بیضه نیمبرشت و شیر تازه و قند و شیر و خرما اما مزاج حار
رطب از کثرت جماع متضرر کمتر یابد چنانچه کذشت از این طایفه بعضی
باشد که مزاج آلات منی ایشان کرم و تر باشد و منی بسیار متولد شود
و جکر و معده و دل ضعیف باشد از کثرت شهوت و تر کی آن هر دو مضرت
یابند چنانچه بیین شد تدبیر این طایفه آنست که بجففات منی بکار دارند
و مقویات دل و معده و جکر و دوا المسک و مثرودیطوس و هر چه معده
و جکر را کرم سازد بکار دارد و در راحت و تطیب و غذا و شربت افزاید
و اکر از مجموع تا مستفرغ شود دلالت بر آن دارد که اعضا مذکوره با ضعف
و ضعف کرم است این تراکیب کمتر خورد و مقویات معتدل یا بارد بکار

دارد و با غذیه و اشربه مقوی و تراکیب مرکب از کاوزبان و صندل و بالنکو
و کل سرخ و امثال آن بیان داریم جهة تقویة اعضا اما مزاج ترهیب باعتدال حفظ
مزاج او باید کرد و نباید کذاشت که از حرارت و حرکت جماع بدن ملتهب شود و کسی
را که بعد از مباشرت رعشه و معده پیدا شود جای بیشتر نفخ دهیم تا یکدم بقدر
قوت عرض عارض بآب سرد غسل کنش باید داد و دماغ و عصب را تقویت باید
کرد و مسک و عنبر باید بوئید و روغن ناردین و روغن سعد بفقرات و
اعصاب مالیدن مناسبت و کسی را که بعد از جماع بخار دخانی بسر متصاعد
شود و صداع و حرارت در دماغ احساس کند و چشم تاریک شود و روغن کل و
کلاب و اندکی سرکه بهم زنند و لته بآن تر کرده بر سر اندازند و اطریفل کشنیزی
موافق است و طلیه از صندل و کلاب و روغن کل و سرکه و کاوزبان مناسبت
و اغذیه حامض مثل حصرمیه و سماقیه بقند شیرین ساخته غذا سازد و
هر کرا چشم از کثرت مباشرت ضعیف شده باشد غذای مرطب و حمام مرطب
و تنطیل بروغن بنفشه و بادام و روغن کل اختیار کند و در آب صافی شیرین
غسل کند و چشم را در آب بکشاید و کسی را که بعد از این شغل اعیا پیدا شود خواب
کند بر جای کرم و رخت درا پوشاند و غذای مرطب سهل النفوذ قلیل الکمیة
خورد و قبل از آن نیز خواب کند و بعد از خواب بحمام رود که اعیا زایل شود
و شربت حار رطب اختیار کند و هر که بعد این شغل برودت در بدن یابد
در آب کرم نشیند و مثرودیطوس بخورد و اکر حرارت غلبه یابد در آب
سرد نشیند بعد از آنکه استراحت کرده باشد و هر کاه که این شغل فارغ شوند

پهلوی راست تکیه کنند و حرکة کنند و خواب کنند و گفته اند که دیرم مومیائی
چون بعد از فراغ بعسل ممزوج ساخته بخورند اگر از منی حرج شده باشد اضعاف
آن باز آورد و ضعف زایل کرده اند و جمیع ارواح و قوی را تقویة کند و شربة
ابریشم تقویة بدن و روح و دل دارد و ضعف زایل کرده اند و باه زیاده سازد
صفته من تالیفنا ابریشم خام بیجه سرخ سفید صندل سفید عال دره من آب بجوشانند
چندانکه رنگ و قوت ابریشم تمام با آب آید و رنگین شود و صاف کنند و بعد از آن قند
سفید تبرزد در ان آب انداختن ند و یکجا پیک گلاب خوشبوی چکیده بجوشانند
تا بقوام شربت آید در آخر بعد از اگر شیرین یا ترش بحسب مزاج و شیرین
موافق تر باشد داخل نمایند که بغایت مفید باشد و اگر خواهند که حرارتش
بیشتر باشد یک دانگ یا دو دانگ عنبر اشهب اضافه کنند تقویة تمام داشته باشد
و بارد المزاج و مشایخ را مناسبتر بود و بعد از فراغ از این عمل متوجه غسل و
حمام شوند و بدن را با آب کم بشویند چرا که در وقت این حرکة بخارات عفن
حادث شوند و تحت الجلد آید و اگر غلیظه باشد محتبس بماند و متعفن گردد
و رایحة بدن را متغیر سازد لهذا تاخیر غسل جنابة صنان و خارش بدن آورد
غالبا یکی از حکم حکم الهی در باب وجوب غسل همین خواهد بود هر یک از حکمهای
هزاران حکمت تتمة الکلام فی الباه و تقویته بقول جامع سبب انتشار
امتداد رباط عصبانی مجوفست از جهة طول و عرض بواسطه ریحی که در وقت
شکفتن شود و روح شهوانی و خون رسیدی که در شرایین بوفاق او تعضیب
آید از این سبب تغضیب بفعل روح و کم گردد و منتفی شود و نقصان باه

و عجز از تن دیگی بان تا ان یا بپای ضعف انتشار و نقصان نعوظ تغضیب
باشد یا بجهة برودة و وجود منی بود یا بجهة سم باشد و می باید که اعضای رئیسه
از دل و دماغ و جگر و همچنین کرده و آلات منی صحیح و سالم باشد تا این فعل بر
وجه اتمام صادر شود و ضعف انتشار اگر از استرخاء تغضیب باشد حس و حرکة
او ضعیف شود و لاغر و گداخته گردد و در وشل و فالج حالتی پدید آید اگر
این حالة مولودی بود یا مزمن باشد و تغضیب بیان باریک شده باشد علاج
پذیر نباشد و بعضی با این حالة منی ازایشان دفع شود و تغضیب بر نخیزد
آنرا عنین گویند و اگر حس و حرکة با لتمام بالکل نباشد و در بعضی اوقات نعوظ
ضعیف داشته باشد سبب آن قلة منی یا قلة نفخ بخاری باشد اگر منی بسیار
باشد و بعد از خوردن اغذیه نفاخ انتشار پیدا شود سبب آن قلة نفخ باشد
و قلة تولد نفخ یا بجهة قلة حرارة باشد و این هنگام در وقت جوع و خلاء
بطن و انتشار و نعوظ بیشتر باشد و همچنین بعد از وجود و بعد اغذیه و ادویه
سخنه یا بجهة فقدان رطوبة و ماده نفخ بود این هنگام در وقت امتلاء نعوظ
بعض باشد و یا بسبب نقصان مواد و باشد و نعوظ نشود الا با جتماع این دو چیز
و اگر در حال نفخ شکم نعوظ واقع نشود و بعد از غذا و شراب قوت گیرد سبب
آن قلة منی باشد بر برودة منی وجود او باشد و اگر با نقصان باه نقصان
هضم و فساد هضم و شهوة غذا باشد جگر و معده علیل باشد و فرق آنست که
با ضعف معده غثیان و خفقان و حشا و شهوة ضعیف و مالح گردد و دیگر
علامات علت معده باشد و با ضعف جگر تهیج و انتفاخ اجفان و صفرة لون

و بیاض و ثقل باشد و بعد از گذشتن غذا از معده در حالی ... یابد و اگر حرارت بدن ناقص باشد و نبض ضعیف باشد علامت ضعف قلب بود و اگر حواس کند و تیره و حرکات بطی و عسر باشد دماغ علیل بود اول تشخیص سبب باید کرد چون سبب معلوم شود بازاله سبب باید کوشید و اگر سببش حرارت باشد تبرید باید کرد و اگر قلت رطوبت باشد ترطیب و اگر قلت منی باشد اغذیه که منی افزاید خورند و ضعف دماغ و جگر و گرده و ... بتقویت تدبیر کنند و اگر منی بسیار باشد لیکن افسرده باشد ملطفات حار بحرکت آرند و معده را باشتها و کثرت منی بحرکت ... است که چون منی حادث را بعید جمع شود اشتیاق بجماع پیدا شود و طبیعت اراده دفع منی نماید و اغذیه را درین باب اثر بیش از ادویه باشد و غذا که غلظ و رطوبت فضلی و حرارت دارد درین باب اثرش تمام باشد و اگر غذائی پیدا شود که در یک حالت یا در حالت ناقص باشد آن را ترکیب تمام باید ساخت الجز این سه خصلت در او موجود است نخود است و شلغم و گزر و الجز دو خصلت دارد باقلاست که رطوبت و غلظ دارد حرارت ندارد پس چیزی با وی ضم باید کرد که حار باشد مثل دارچینی و خولنجان و همچنین پیاز دو خصلت دارد که حرارت و رطوبت و غلظ فضلیه ندارد ... است گوشت فربه و نان میده فطیر با او جمع باید کرد تا تمام بغذا ... که بدین یکی از این حالات موجود باشد محصول در حالت دیگر مدعا حاصل شود و اگر مزاج بدن سرد شده باشد و منی فسرده گشته احتیاج شود بتسخین بحرکت منی

و حصول این مدعا اگر از غذا و دوائی میسر شود بهتر مثل پیاز و بلبوس و کبر و شلغم که درین اغذیه دوائیه حرارت هست و اگر از غذا حاصل نشود دوا موافق اختیار باید کرد و اگر آن دوا تولید نفخ کند نیکوتر باشد مثل حلتیت و درین قسم ادویه و اغذیه و معاجین حار و تدهین ... کم مفید باشد و معجونی باشد که حب ایشان کم باشد و اشیاء و آلات منی سرد از خوردن ادویه و تراکیب حاره مضره یابند و بامراض حاره مبتلا شوند بمفرحات و ادهان و حقن حاره علاج کنند و بسیار باشد که منی فسرده باشد چون بارها ... شود حرارت مشتعل گردد و باقی ماند ... ماند و بجز که آمده و قوت باه بیفزاید و نشاط جماع منی غلیظ و بطوء دفع و کم باشن لذت است و مقدم ... درباره عاجز شدن نهایت باشد و همچنین کسانی که ... شده باشند و ازین نقش باز مانده آن دیگر شهوة ایشان زیاده باشد جهة قلت تعب و عدم تحلیل ... نفخ نقل از جالینوس میکند و میگوید جماعتی که حالت الاغ بسیار کنند از دیگران درباره قوی تر باشند و بعد از آن میگوید کثرة حمام و عرق و تعب خاصه و کوب مضرت باه این دو کلام محتاج بتوفیق است که کثرة ... حمام و بشتاب تا به حمام نهادن منفعت بیان کردن و آب خوردن بسیار خصوصا در شب بر خلای معده شکننده باه است ... آب بسیار خوردن بدترین چیزهاست بباه بتخصیص که سرد باشد و همچنین تخمه ... مضرت تمام دارد و همچنین باشرت بعید العهد

[illegible]

بجماع و صغیر السن و غیر بالغ و عجوز و حایض و بکر و مریض بخاصیت ضعف
و نقص باه است و شهوت باه بودن نیز شکسته باه است شیخ میفرماید کثرة الباه
یقطع الباه و چیزها که مضرت باه دارد حار لطیف است از ادویه و اغذیه که
نفع در تحلیل دهد مثل سداب و کمون و بادیان و نانخواه و خردل و شونیز و مرزنجوش
و همچنین هرچه قوی التجفیف باشد مثل شهدانه و بحا مس و بادنجان و
عدس و مجان و همچنین هرچه بسیار برد باشد و منی فسرده سازد مثل نیلوفر
و گل و خلاف و بیخ کافور و تخم خرفه بزرقطونا محمد زکریا گوید شخصی کافور شش
مثقال خورد به نوبت در پانزده روز تقریبا باه او منقطع شد اما
آلت نیکی شهوت او بحال خود بود و بعد از ضعیف گشت و فسادی دیگر
از آن ظاهر نشد و همچنین هرچه ترش باشد مثل سرکه و رباب تجمیص
کم حموضت قبض داشته باشد مثل غوره و سماق و انار ترش و ریباس
و قوت باه بر ترش و سیب ترش و به و اولی خام و حماض انبج و همچنین
هرچه مائیت بسیار داشته باشد از بقول مثل کاهو و کدو و خیار و تخم
خرفه و کاشنی و عنب الثعلب و حجازی جالینوس گوید دینار و رصاص
هست که مفاد منی است بیدن و سرعت انزال بدن ضعف عمود
از قاطع باه است و کثرة ادرار بول ناقص کننده باه است کرده را
لاغر و ضعیف کند از ادویه و اغذیه با مجرب این شغل را بکار آید
اینست بیان بلبس جرجیر جنه شلغم نخود بلبون کنجد کنکر
نعنا حلبه بطم لوز فستق بندق حب صنوبر کبار حب الزلم حب فلفل

جة الخضراء بزر الکتان سمسم باقلا لوبیا حب الصنوبر صغار بصل شقاقل
زردک کندم شسته سپید حصی الثعلب جوز شکر ناردین عسل تنکین انگور شیرین
تازه انجیر تیمیح مغز خرما پیاز تازه روغن گاو گوشت بره گوسپند بط بیخ
ترع ماهیه لنده تخم مرغ نیم برشت بیضه طیور آبی بیضه گنجشک بیضه کبک
و بیان بیشتر و بجمیع طیور خانه کباب کنند و حباب بزر ند و خواه بیان
سان ند بجه و جم سفید است سقنقور خصوصا حالی کرده و سرخ او و ذنب
ملح او شیر اشتر تخم مرغ تخم ماهی مغز سر گنجشک خصوصا که و تیهجان او باشد
بنسهاید بفصل مرغ سمن ماهی تازه کباب کرده کم خوردن تخم انجره اینسون
و نخیل بوزیدان زعفران قسط تلخ حرف لسان العصافیر مغاث داد
فلفل فلفل تودری سرخ و زرد و بهمن خولنجان دارچینی عاقرقرحا
حلتیت خشک نانخواه بزر الرطبه شقاقل گفته اند یک نخود بزر مایه فیل
با آب کم پیش از مباشرت بدو انده ساعت جون بخورند باه بر انگیزد
کباب از گوشت تازه تغلی فربه که نمک سقنقور بران پاشیده باشد
نیکوست شیخ میفرماید که گوشت جبة باه بیان ناکرده میباید بیان
کردن گوشت از تغذیه و تقویه او کم میماند غالبا کباب را این حکم نیست
و خوردن غلیظ متین از کباب سید ایستد شیر اشتر و خرما غذا ای باه
است لهذا اعراب که شیر اشتر و خرما و گوشت شتر و کنند تا غذا ای الوف
ایشانست از جمع طوایف در این شغل قوی تر باشند از کهنه ...

منقولست هر که گوشت گنجشک غذا سازد و بجای آب شیر پاشامد لاینال انتشار
و کثرة المنی باشد و تراشیدن موی عانه بخاصیت مقوی باه است دوای نافع
ساده شم مرغ که تازه ساده باشد ده عدد تود یک سرخ تخم جرجیر تخم ترب
هر یکی یکمثقال لسان العصافیر دو درم انگ کندر دو درم انگ کوفته و بیخته اما فیزده
سازند و نیم پخته بخورند و افزای معجون آورده و میگوید که منافع بسیار
بیاورد دائه والعهدة علیه قال معجون جلیل النفع کثیر الفایدة و یقوی الباه
تقویة عظیمة و یکثر المنی و یحدث الانتشار و العوظ بقوة و یقوی الفکر
و یحدث بطوء الانزال و لهذا ینفع من یخرج له الانزال قبل تمام قضاء الحاجة
نفعا بلیغا ان اخذ بعد اخذ الغذاء المقوی للباه مع اللحم الخفیف و الجبن
و البصل و الحمص و لحم بلحان او الهریسة او الکباب و نحو ذلک و یکون بعد شرب
فی الهضم و شرب الماء قدرها یسیرة فقط و یحدث لذة بلیغة لا یعادله
شیء و یشهی الطعام و یهضم و یقوی المعدة و یسخن الکلی و المثانة و یفرح تفریحا
عظیما و یزیل الغم و یذهب النسیان و یقوی الحفظ و یسمن البدن و یحسن اللون
و یقطع البلاغم و الرطوبات و یزیل امراضها صفته یوخذ من بلحان
و ترنفل و قاقله و بهمن ابیض و احمر و کبابه و بعز بیان و بلحان
و قرنفل و دارچینی و دار فلفل و فلفل مو زنجبیل و عاقرقرحا و سعد
و سنبل و حب بلسان و بسباسه و خصیة الثعلب و قاقله و لسان العصافیر و
ساده و دو بیخ ماشه و حلیلج هر تودری احمر و ابیض و بزر البصل

و الکبابه و الخولنجان و الکندر و الاجزاء و بزر الشجم و الحبة الخضراء
و الهلیلون و حب الصنوبر و السمسم و الفلفل و النارجیل و لب البندق و
الفستق و البطم و اللوز و الجوز و حب الصنوبر الکبار بکل خمسة دراهم بهمن
خشخاش بکل ثلثة دراهم عود و مصطکی بکل ستة دراهم زعفران ثلثة مثاقیل
عنبر مثقالان لؤلؤ غیر مثقوب اربعة دراهم مسک خالص مثقال افیون النیمیل
عشرة دراهم بزر البنج خمسة دراهم افیون ثلثة دراهم یدق و ینخل و یعجن
بثلثة امثالها عسلا منزوع الرغوة و یطبع علیه المسک و العنبر و الزعفران
و العود و اللؤلؤ و یحرک حتی یستوی و یحفظ از نیکی بزر البنج و ای دیگر
و افیون نهاده درم آورده بود و هر دو را دین ترکیب در بطوء انزال
دخلی دارد و نفعی دیگر از ان متوقع نیست سوای حفظ قوت ادویه معجون و
بزر البنج باین دو اجزا شاید دماغ زیان دارد و افیون مضعف معده
و قوی است تقلیل آن اولی بود لهذا بزر ان آن عزر و اولی آنست که در
مثقال مومیائی نیز داخل کند تا نفعش تام باشد در حمام و اغتسال
با آب گرم و آبهای معدنی و فصل است فصل اول در صفت حمام
فاضل و تاثیر حمام و تدبیر استحمام با آب گرم و عذب و مشتمل بر چند جمله است
جمله اول در بیان صفت حمام فاضل از حضرت اسوه جمله عالم علیه الصلوة
و السلام منقولست که نیک خانه ایست حمام چون آتش دوزخ را یاد میدهد
و چرک از بدن میبرد شیخ الرئیس در صفت حمام فاضل میگوید خیر الحمام
ما قدم بناؤه و اتسع هواؤه و عذب ماؤه دآخر تقدر الاتان وقوده

بقدر مزاج مزاولا دو برده و یعنی بهترین حمام آنست که بنای او قدیم و
هوای او کشاده و آب او شیرین باشد و کرمی حمام بقدر مزاج مستحم باشد و قدم
البنا جهة آن باید که بجای آهک مزاحمت باد و اح نسازد و قوت تجفیف
و در هوای حمام اثر نکند اما باید که چندان قدیم بنا نشد که بنای او از هم ریخته
باشد و حبس حرارت نکند و سعة الهوا باید تا صدر منشرح شود و نفس منبسط
کردد و نفس بکیرد و باجتماع الخبیثه و آب شیرین باید تا صحیح المزاج از آن نفع و ترطیب
یابد و در بدن تغیری نکند که آبهای معدنی تغییر مزاج کند بحسب مزاج معدن
چنانچه بعد ازین معلوم شود و کرمی حمام بقدر مزاج شخص باید که اراده
استحمام نموده چرا که از هوای حمام کرم که بارد المزاج و بلغمی نفع یابد حار المزاج
مزاوی متضرر کردد علامه شیرازی میکوید که فضیلت حمام تمام نیست الا وقتی
که با فضایل دیگر چهار فضیلت دیگر جمع شود که آن صفاء هوا و کثرة ضیا و جودة
جا و مرغوبی و قوت صفای هوا سبب سرور و بسط نفس شود بخلاف هوای
کدر که مکدر باشد و کثرة ضیا سبب بسط نفس و تفریح شود که ممد تحلیل فضلات
و تقویت قویها باشد و جودة جا موجب انشراح خاطر و موانست نفس باشد
و منفعتی که از تحلیل حمام پیدا نازل کرداند و جودة و قوة هوای اکر باید که
از رایحه کریهه و حدة خالی باشد که اکر دخان و قوة حدة داشته باشد
در هوای حمام اثر کند و سبب تغییر مزاج او مجاح ممکن شود صفت بنای
حمام از لاد و بنای حمام سلخ نیکو باید ساخت که آبهای جاری داشته
باشد و ارکان ابنیه بر ملت بیند و آن خزانات نیز با آن جمع شود

بعضا باشد سبب مسرت نفس کردد و گفته اند که شکل مردم شجاع و صورت
زنان جمیل بر دیوارها تصویر کنند تا نفس ملتذ شود و قوی قوة کیرد و
بنای سلخ مختلف باید از منازل تابستان و زمستان و مواضع ستر عورت
جهة ضعفا و ناقهین نیز ترتیب دهند و در زمان قدیم بحسب قرب و بعد
آتش و وجود و عدم آب سه خانه میساختند اول سلخ بیت اول که آب
داشته و آتش باو کمتر میرسید و بیت دوم که آب داشته و آتش باو
بیشتر میرسید و بیت سیوم که آب نداشته و آتش بقرب او میسوخته و این
ترتیب نیز موافق شریعتست که در شریعت نیز آداب سلخ و سه بیت
حمام تعیین نموده اند و حکایم الاخلاط مسطور است که حضرت امام جعفر
صادق علیه السلام فرموده اند که در حمام چون جامه از تن بیرون کنند
بکویند اللهم انزع عنی ربقة النفاق و ثبتنی علی الایمان و چون بخانه
اول در آیند بکویند اللهم انی اعوذ بک من شر نفسی و استعیذ بک من
اذاه و چون بخانه دویم در آیند بکویند اللهم اذهب عنی الرجس و طهر
جسدی و قلبی و بعد ازان آب کرم بستانند و بریزند بر سر و سینه و بر پایها
و اکر تواند یک جرعه از آن آب بیاشامد که مثانه پاک میکند و بعد از آن
ساعتی بنشیند و چون در خانه سیوم در آید بکوید نعوذ بالله من النار
و نسئله الجنة و چون از حمام بیرون آید بکوید اللهم البسنی التقوی
و جنبنی الردی و بنای بیوت ثلثه بر وجه مسطور در زمان سابق
بوده و درین زمان کار این ترتیب منسوخ شده و بیوت قریب یکدیگر

بیت سوم منفتح است و باید که در حمام منزلی جهة آسایش ترتیب دهند
که اگر حرارت حمام زیادتی کند و بعضی از اعمال مزمنی فارغ نباشند
بانجا نقل کنند و حاجت نباشد به بیرون آمدن بمسلخ و بنای حمام موافق
بنیه آدمی است دیوارها بجای عظام است و آب بمثابه رطوبات بدن و
هوای حار بمنزله روح حیوانی دوم در تاثیر بیوت حمام در بدن نحو باشد
که اثر حمام در بدن از قبل سه چیز است یکی هوا دوم آب سوم کیفیت استعمال
اما هوای حمام چند قسمت یکی هوای بیت اول است صاحب کامل گوید هوای او
نافعست و اثر معتد به در بدن ندارد و شیخ الرئیس و بعضی گفته اند مبرد و
مرطبست و توفیق آنست که قول صاحب کامل بنا بر کیفیت با سفل است که قریب
باعتدالست و مبنی قول شیخ و دیگران بر آنست که معظم تاثیر این بیت به
آبست و آب مبرد و مرطبست جهة آنکه از آب سخونت عرضی قلیل معاوقت
میکند ببرودة ذاتی ظاهر میشود و بدان تبرید میکند دوم هوای بیت دوم است
که حرارتش با فراط نیست و بقلیله حرارت تسخین میکند پس اگر مکث باعتدال باشد
تسخین و ترطیب کند و اگر افراط واقع شود مبرد و مجفف باشد بسبب تحلیل ارواح
و رطوبات سوم هوای بیت سوم است که هوای او قوی الحرارتست تحلیل و تسخین
او بسیار باشد صاحب کامل گوید فعل هوای این بیت مختلف شود از جهة یکی
بالطبع دیگری بالعرض اما بالطبع آنست که اگر مکث در او اندک باشد و عرق آورد که
آید تسخین و ترطیب کند تسخین بسوز حار و ترطیب بواسطه آنکه رطوبتی
که در باطن باشد بظاهر کشد و چون استفراغ تمام نیابد در ظاهر بماند

سبب ترطیب شود و اگر توقف بسیار کند و عرق بسیار آید سخن
و مجفف باشد و رطوبتی که از باطن بظاهر کشد تحلیل برد و خفقان غلبه
کند و قوت ساقط شود و غشی عارض گردد و اگر این مرتبه بگذرد خوف
هلاک باشد اما بالعرض آنست که اگر در بدن اخلاط ردی نضیج باشد
باستفراغ آن تبرید کند و اگر غیر نضیج باشد بحرکت آمده و اگر اخلاط دیگر
را با او مستحیل سازد و تسخین کند و مقرر شد اکثر آنست که بیت سوم
سخن و مجفف باشد و بنای ابدای تعریق و تحلیل باشد و صاحب تنقیح
سؤال میکند که قیاس آنست که بیت ثالث سخن و مرطب باشد بهوا و آب
و بخارات مرتفعه از آب و شک نیست که بخار سخن و مرطبست جواب
میگوید که در زمان قدیم بیت سیوم خالی از آب بوده و از هوای تعریق
کرم میکرده اند و شک نیست که سخن و مجفف بوده و بیت سیوم درین زمان
آب میدارد پس سخن و مرطب باشد و تاثیر حمام با آب چنانست که
استحمام یا با آب عذب حارست یا به آب عذب بارد یا به آب معدنی حار و
بارد و هر یکی را اثریست و تاثیر آب سرد و معدنی و تدبیر استحمام
بآن در مجلد جامع مسطور میشود اما تاثیر حمام باب عذب حار چنانست
که اگر حرارت آب قوی نباشد تسخین و ترطیب اعضا و تلیین جلد و
تحلیل ریاح و تسکین اوجاع نماید و خواب آورد و احتراقی عارض از
حرارت آفتاب زایل کرده اند و صداع احتراقی بر طرف سازد و تشنج
و تمدد را فایده دهد و اگر آب بسیار گرم باشد تسخین بسیار کند

و ترطیب اند که مسام بدن بعرق مفتوح سازند و نگذارند که آب نفوذ
کند در بدن و مانع تحلیل تر شود و اگر آب فاتر باشد ترطیب بسیار کند
و بعد از خروج از حمام متبرد باشد چنانکه آبی که بدن را تشرب نموده
بعد از ساعتی ببرودة طبیعی عود کند و این نوع استحمام در بعضی تابستان
بصاحب مزاج حار یابس و صاحب دق را مفید باشد اما تأثیر حمام بحسب
کیفیت استعمال چنانست که چون آب عذب باشد و حرارتش مفرط نباشد اگر
در وقت لایق بر وجه اعتدال بکار برند نافع بود که حاصل شود از
تسخین و ترطیب و تلیین جلد و ازالهٔ اوساخ و تحلیل ریاح و تسکین
اوجاع و جذب غذا بخارج بدن و تسمین بدن و جذب مواد از باطن بظاهر
و منع اسهال و تحلیل مواد نضج یافته و تبرید بدن اگر حاد صفراوی حار باشد
اما باید دانست که حمام قادر نیست الا بر استفراغ خلط رقیق نضج یافته و اخلاط
غلیظ غیر نضج را استفراغ نمی تواند کردن بلکه مضرت تمام دارد اما حمام
در حمیات عفنی و اورام در ابتدا حمام ممنوع است و در اواخر و بعد
از نضج مفید و اگر در توقف حمام افراط کنند خصوصا که آب و هوای حمام
در نهایت حرارت باشد مضار کلی از وی حاصل آید پوست بدن بگدازد و لاغر
سازد و قوی را ضعیف گرداند و بشهوهٔ طعام و قوة باه زیان رساند
غشی و غثی و قی بحدی که آورد و اگر هوا بیشتر استعمال کند تخفیف کند
و اگر آب بیشتر استعمال کند ترطیب نماید و اگر استحمام بر امتلای معده و شبع
واقع شود ترطیب و تسمین کند و اگر خلاء و جوع واقع شود تهزیل و تخفیف

کند و علی هذا القیاس جملهٔ سیوم در حفظ صحت باستحمام مخفی نماند که حمام
رفتن اعتیادی نوعیست یک نوع استحمام است که حکما بعد از ریاضت تعیین
کرده اند دوم استحمامی که جهت ازالهٔ وسخ و پاکیزگی و نقاوت بشره ضروریست
و شرایط استحمام مرتاض آنست که بعد از فراغ از ریاضت ساعتی استراحت
کند و دفعه بادرت بحمام نماید که سبب سیلان مواد شود بمفاصل و عضلات
بواسطهٔ ضعفی که در بعضی اعضا بجهت حرکت در ریاضت واقع شده باشد
و چون بعد از ریاضت لحظهٔ توقف کند قوی بحال اصلی تراجع کند و مواد
ساکن گردد و مفاصل و اعصاب و عضلات قوت یابد و قبول مواد نکند
اگر بحمام روند و در آب زن و آب گرم نشینند باقی فضول را تحلیل کند
و ارکان و عضلات و اعصاب نرم گردد و بدن کسب رطوبت نماید و جفافی
که از ریاضت حاصل کرده باشد رفع گردد و اعضا ترطیب عزیزی
یابد اگرچه بعضی منکر این قول اند شیخ میفرماید و لا یلتفت الی قول من یقول
ان الماء لا یرطب الاعضاء الاصلیة لا شرابها للماء و دلیل بر این آنست
که ظاهر می بینیم که از کم خوردن آب و عدم اغتسال بدن و اعضا جفافی پیدا
میکند و خشک میشود و باغتسال آب انتفاخ و رطوبت می یابد و این حالی
نمی تواند بود الا بترطیب جرم اعضا و شرایط استحمام بعضی آنست که پیش
از دخول حمام بجای باید آورد و بعضی در وقت استحمام باید و بعضی
بعد از خروج باید اما آنچه پیش از دخول باید آنست که رفتن حمام را بعد
از اتمام هضم معدی و کبدی اختیار کند مگر آنکه اراده تسمین داشته باشد

که بعد از خوردن طعام چون بحمام در روند بمن آید اما خوردن شدید باشد بطبیخات
و سکنجبینات حار ریارج تنبیه سهل باید کردن و اگر صفراوی مزاج باشد خوف
آن داشته باشد که بجهت خلای معده صفرا بمعده ریزد از آن غذائی لطیف مثل آب
انار ترشی سیب و به یا آب این میوها بخورد و معده را بآن مشغول کرده اند شیخ
میفرماید صاحب مراره را چاره نیست از آنکه چیزی لطیف پیش از حمام میل کند بهترین
چیزها جز شفوح در آب فاکه و کلابیت و شرایط که در حمام مرعی باید داشت اول
آنست که دخول در بیوت بتدریج باشد تا یکدفعه از هوای سرد خارج بهوای حار
داخل حمام انتقال نموده باشد که انتقال از ضد بضد مطلق ممنوع است دوم
در بیت حار اقامت بسیار نکند بلکه توقف آنقدر باید که جهت تحلیل کافی باشد و نگذارند
که کرب بنیاد شود بتخصیص حار المزاج که دخول بیت ثالث برای حمام است و
نسق چیزهاست که در حمام احتراز از آن لازم است اول اجتناب از خوردن چیزهای
که بافعل بسیار سرد باشد علی الخصوص آب سرد و آب یخ که مسامات بدن گشاده و
اعضای رئیسه مشتعل است و طالب آب سرد یکدفعه آب سرد را بجذب کشد و قوة
برودة آب زود باعضای رئیسه رسد علامه شیرازی گوید کثیرا ما یوجب الموت
فجاءة ان نفذت الی القلب والطفاءة الحار الغریزی و کثیرا ما یوجب الاستسقاء
ان نفذت الی الکبد فاحدثت حرارته دوم اجتناب است از خوردن چیزها
که بافعل بسیار گرم باشد خصوصا آب گرم که سبب گداخته و انحلال اعضا شود
جهت تحلیل رطوبات از اعضاء اصلی و اعضا رئیسه سیوم احتراز از جماع
است که جماع در حمام سبب استیلای تحلیل و استفراغ ارواح شود چهارم اجتناب

از خواب کردن در حمام آنست که خوف آن باشد که هوای حار حمام در وقت
اجتماع حرارت و ارواح در باطن پیوسته بدل رسد و دل مشتعل شود و حرارت بدل
مستولی گردد پنجم اجتناب از سوختن آتش است در حمام که اگر دود بهوای حمام
مخلوط گردد باستنشاق بدل و دماغ ضرر رساند ششم اجتناب از خوردن غذا
در حمام است که پیش از کمال هضم معدی و کبدی اعضا جذب غذای خام کنند و خوف
سده باشد و اگر واقع شود بمفتحات تدارک کنند و بعضی اعمال در حمام واقع
میشود از آنها تراشیدن یا مو یا ستردن موی بغل و عانه تراشیدن و دلک
قدمین بحجر و دلک بدن و غسل بدن و هر یک را احکام است که بحسب اشخاص
مختلف گردد اما سر تراشیدن باید که اول مرتبه که بحمام در آیند موی بغل
و عانه بتراشند تا مسامات گشاده شود و بخارات بتحلیل روند و اگر آخر
کنند وقت ضعف باشد و توقف جهت این اعمال طول کشد آید باید که
تراشیدن موی بغل بنشستگی باشد که موی بغل ایستاده تراشیدن غشی
و ضعف آورد و تراشیدن سر را دامن آن رطوبة غلیظ سازد و عانه تراشیدن
باه برانگیزد اما دلک ترجیح کند اگر یابس المزاج باشد و جلد از خشک بود پیش
از غسل بدن بدلک مشغول شود تا مسامات بگشاید و آب باطن بدن بهتر نفوذ
کند و ترطیب بیشتر بود و اگر رطب المزاج باشد یا فربه و جگر سطبر بطبخ
بسیار باشد اول غسل کند بعد را بیفکند بعد از آن بدلک مشغول گردد

و یحیی بر آنست که تقدیم دلک بر غسل مطلقا اولیست و بهتر آن تاخیر است لیکن
تفتیح مسام و استعداد بدن از برای تحلیل مواد لیکن بشدّة و ضعف مختلف شود
در متخلخل السحنه بدان شدّة نباید که در غیر متخلخل السحنه باید و علامه شیرازی
میگوید درین سخن نظرهاست اما غسل بدن طریقش آنست که بارد المزاج غلیظ الاخلاط
را بسدر و صابون بشویند که سدر بجز جلا غسال است چرک را و موی
را از ریختن نگاه دارد و دراز سازد و بحیا نافع بود و متخلخل باشد و حار المزاج
بخطمی گل بگل انداخته بدن بشوید خطمی انضاج و تحلیل و تلیین دارد و
و گل خصوصا گل سرشوی فارسی که نرمی دارد بدن را پاک سازد و حجیره و تبرید
کند و اگر موی سر مجعد باشد اول بروغن بنفشه یا بادام موی را چرب کند و لعاب
خطمی موی را بگیرد و ساعتی بگذارد بعد از آن بشوید بروغن بنفشه یا بادام یا
روغن دیگر مرطب موی را چرب کند و آنکه گویند در حمام بدن را صندل نباید
مالید از آنکه خایف از احداث کند اما حکه و تعلین بجهة فضول که متوجه اسافل شده
بتحلیل برد و موی را و مواد را از اعالی باسافل کشد و تصدیع نافع بود و ملاست
و خشونة مجرد تقبیه نیز و کثافت بدن باید بسبب رقة و غلظ مادة بدن
در تقدیم و تاخیر مختلف شود شیخ گوید اگر مواد رقیق و لطیف باشد بهترین
اوقات حکه و تعلین اول وقت دخول حمام است که تفتیح مسام میکند و فایده دیگر
دارد که پوست قدم را از خشانة که در حمام واقع میشود نگاه میدارد و اگر غلیظ غلیظ

الاخلاط باشد بعد از دخول مواد اسیلان نکند و مدتی باید که ماده لطیف شود
بتحلیل برود و اینجا تاخیر حکه بوقت خروج اولیست اگر حذر از خشونة جلد
قدم باشد اول دخول حمام آب سرد بر قدم بریزند که مانع حدوث آن خشونة است
و همچنین زمان مکث در حمام بحسب اختلاف سحنه و امزجه و اوقات سنه و عادات
مقدم مختلف شود اما بحسب سحنه نحیف البدن را مکث بسیار نباید کردن که تحلیل
بسیار واقع شود و تابستان و زمستان در بیت اول منزل کند و تا وقتی که
نشاط و انتفاخ بدن دارد توقف کند و پیش از حدوث کرب و اضطراب بیرون
آید و استعمال آب پیشتر از هوا کند و پیش از دخول حمام اشربه مقوی قلب
و معده مثل سیب و به و انار و آب انار یعنی میل کند و بعد از حمام دلک استعمال دهن و غذا
مرطب بعمل آورد و مستضعف البدن پیشتر از متخلخل البدن توقف کند و تابستان
بیت دوم و زمستان بیت سوم منزل سازد و پیش از دخول حمام اگر دلک
استعداد جهة تفتیح مسام بکار دارد و همین حکم تدبیر از تدبیر متخلخل البدن است
و سمین لحیم تدبیر او مستضعف اما بحسب امزجه صاحب مزاج گرم خشک خصوصا
در وقت تابستان در بیت اول قرار گیرد و در زمستان در بیت دوم منزل سازد
و مکث نماید و استعمال آب پیشتر کند و ریاحین بارده خوشبوی مثل بنفشه و نیلوفر
و دیگر مبردات مثل کدو و خیار و مدقوق که گلاب بران پاشیده باشد بر خالی
خود بنهند و صاحب مزاج سرد و خشک در اوقات حار بیت دوم منزل سازد
و اوقات بارده بیت سیوم و مکث بسیار نکند و صاحب مزاج سرد و تر هم
بدستور مذکور در بیوت قرار گیرد و توقف بیشتر کند و صاحب مزاج گرم

تن تابستان بیت اول منزل سازد و زمستان بیت دوم اما توقف در پیش
از مزاج کم خشک باید و کمتر از سرد تر و معتدل المزاج در جمیع امور سلوک
از حد وسط باید اما بحسب اوقات سنه تابستان در منزل بیت اول باید و توقف
اندک و استعمال آب معتدل بیشتر و زمستان بیت دوم منزل
باید و توقف بیشتر باید و آب و هوای حمام کم تر باید و استعمال هوا بیشتر
اما بحسب غذای مقدم اگر غذای سابق لطیف باشد توقف کمتر باید و اگر
غلیظ باشد بیشتر و بعد از آنکه از اعمال ضروری فارغ شود متوجه بیرون
آمدن شود بتدریج بلکه ملاحظه تدریج بیشتر از دخول باید کرد چراکه بدن و
قوی ضعیف شده و مسامات منفتح است و از برودت بیشتر متاثر میشود
و در وقت خروج اگر تابستان باشد سر را بآب سرد بپاشد که تعدیل مزاج کند
و حرارت دماغ فرو نشاند خصوصا که محروری باشد و زمستان باعتدال ترو دیگر
باید و در زمستان بعد از حمام آب سرد بر پا نریزد که بتجربه رسیده که موجب
وجع عقب است و مکرر مشاهده شده و تابستان رخت در سایه پوشد و بدن
از عرق متتابع پاک نسازد که رشح عرق زیاده شود و رطوبت منتزع بسته
در بدن باقی ماند و در زمستان بعضی رخت در رخت حمام پوشند بعد از آن
باهستگی متوجه منزل شود و بر فرش نرم استراحت کند و بخواب رود و بعد از
فراغ از خواب بعد از خوردن مشغول گردد و غذا هم باید که لطیف از زمان حمام
باشد و کمتر خورد که معده ضعیف باشد و اگر بعد از استحمام معده اش خالی باشد
جایز است که شربتی مقوی معده و قلب بحسب مزاج و اراده خاطر میل کند

و بخواب رود تا حرارتش که بواسطه خواب متوجه باطن شود
بسبب زیادتی تحلیل و ضعف قوة نشود اما مرات استحمام
مختلف شود بحسب عادة بعضی باشد که کمتر بحمام روند و بعضی
بیشتر روند و جالینوس میگوید که طلیقوس عمر او از صد متجاوز
شد در زمستان هر ماه دو نوبت بحمام میرفت و در تابستان
چهار نوبت و باقی فصول سه نوبت و اوقات دیگر که بحمام نمیرفت سه
ساعت روز بلند شده با روغن تمریخ می نمود و دلک اندک بکار میداشت
جمله چهارم در اغتسال و استحمام باب سرد و ابهاء معدنی حار و بارد
و ریاح را در بدن اثریست اما اغتسال باب سرد مبرد
و مرطب بدن باشد و بالعرض تسخین کند به تکثیف جلد و تسدید
مسام و جمع حرارة در باطن و تقویة هضم نماید و فتور و کلال و سستی
اعضا که از حرارة تابستان عارض شده باشد زائل گرداند و این منافع
گاهی حاصل است که شرائط و مرعی باشد تمت تمام شد کتاب بعون الملک
الوهاب تمام شد

زنهار تا توانی اهل نظر میازار   دنیا وفا ندارد ای یار برگزیده

فصل در آنکه کودک زاده شود او را در جای [illegible] بندند [illegible] کنند
و بنا به کف دست [illegible] کنند و بنشانند او را [illegible] و [illegible] غسل دهند
و [illegible] کنند و بعد از آن او را با آب تازه [illegible] بشویند
و با پیچ [illegible] و بعد از آن [illegible] غسل [illegible]
بنه [illegible] آب [illegible] او [illegible] گوسفند
و قدر [illegible] پیچیده [illegible] و اگر دست رسد پسر را [illegible]
و عقیقه کنند پسر را دو گوسفند و دختر را یک گوسفند و عقیقه کردن سنت حضرت پیغمبر است
و در روز هفتم گوسفند را بکشند و پخته بمردم بخورانند و در روز هفتم
هر که سنت آنحضرت را ترک میکند محروم از شفاعت میشود و
سر او را تراشیده برابر نقره [illegible] بتصدق بدهند

[illegible]

زنهار تا توانی اهل نظر میازار   دنیا وفا ندارد ای یار برگزیده